ఆధ్యాత్మ దర్శన

అభ్యాస యోగము

ప్రథమ భాగము



రచనా శుశ్రూష

కీ.శే. బ్రహ్మశ్రీ పొన్నాం లక్ష్మీ నరసింహశాస్త్రి

పరమ గురువులు



బ్రహ్మశ్రీ వేదమూర్తి గొల్లాపిన్ని మల్లికార్జున శాస్త్రిగారు

అధ్యాత్మ దర్శన

అభ్యాసయోగము

ప్రథమ భాగము

కీ.శే. బ్రహ్మశ్రీ పాణ్యం. లక్ష్మీనరసింహశాస్త్రి

ప్రచురణ

శ్రీ శివ సచ్చిదానంద ఆశ్రమము

(ఆత్మ విజ్ఞాన కళాశాల)

16-9-32/ఎ/1, రాణీబాగ్, మలక్‌పేట.

హైదరాబాదు.

అధ్యాత్మ దర్శన అభ్యాసయోగము

(శ్రీ శ్రీ శ్రీ శివ సచ్చిదానంద స్వామి వారిచే గీత, ఉపనిషత్తులు, యోగ సూత్రాలు వంటి శాస్త్ర గ్రంథాల నుండి ఉద్ధరించ బడిన యోగ విద్యా ప్రణాళిక)

ప్రథమ ముద్రణ : నవంబర్ 2000

ప్రతులు : 1000

మూల్యం : 80-00

ప్రతులకు : సాధు గురుమూర్తి
శివసచ్చిదానంద ఆశ్రమము
16-9-32/ఎ/1, రాణీబాగ్
మలక్‌పేట, హైదరాబాద్.

డాక్టర్. పాణ్యం. శ్రీనివాస
ఎం.ఎ., పి.హెచ్.డి.
11-27ఎ, వెల్దుర్తి - 518 216.
కర్నూలు జిల్లా. ఆం. ప్ర.

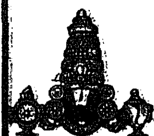
ముద్రణ : శ్రీనివాస ఆఫ్‌సెట్,
డోన్-518 222. (కర్నూలు జిల్లా)
ఫోన్ : 21117.

జిజ్ఞాసురపి యోగస్య, శబ్దబ్రహ్మాతి వర్తతే

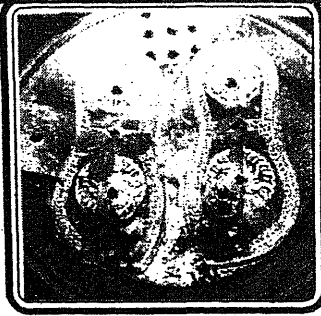
భగవద్గీత - ఆత్మసంయమయోగము

యోగాన్ని గురించి తెలుసుకోవలె ననుకుంటేనే చాలు. అట్టివాడు శబ్ద బ్రహ్మాన్ని అధిగమిస్తున్నాడు. అంటే వేదోక్త కర్మానుష్ఠాన ఫలమున కంటె విశేష ఫలమును పొంది, ఉత్తమ లోకముల పొందుతున్నాడు. ఇంక యోగాభ్యాసము చేయుయోగి యొక్క ఫలమేమని చెప్పగలము? అది సర్వోత్కృష్టము!

మనము ఆ అభ్యాసయోగాన్ని గురించి తెలుసుకొని శ్రీ కృష్ణ భగవానుని వాక్యములోని మహత్తర భాగ్యము నందుటకు ఉద్యుక్తులమై ఏకాగ్రతతో, ఆధ్యాత్మ దర్శన- అభ్యాసయోగమును చదివి, అనుష్ఠించి మన జీవితాలను, అభ్యుదయ పూర్వక నిశ్శ్రేయస్సు పొందేందుకు, సిద్ధం చేసుకొందాం. రండి!



This book is Pubished with the Financial assistance of **TIRUMALA TIRUPATHI DEVA STHANAMS** under thier Scheme of Aid to Publish F eligious Books.



శ్రీ గురు పాదుకాపంచక స్తోత్రమ్

1. నమశ్శివాభ్యాం అతి సుందరాభ్యాం అనంత కళ్యాణ గుణాస్పదాభ్యాం
అజాది బృందారక వందితాభ్యాం నమోనమః శ్రీ గురుపాదుకాభ్యాం
2. సనాతనాభ్యాం సుమనోహరాభ్యాం నమజ్జనే హేమరభూరుహేభ్యాం
త్రయీసతీ సూనృత వాఙ్నుతాభ్యాం నమోనమః శ్రీ గురుపాదుకాభ్యాం
3. గుణాధికాభ్యాం గురుదర్శకాభ్యాం అఘౌఘతామిస్ర రవిప్రభాభ్యాం
ప్రమోద లీలా సుమశోభితాభ్యాం నమోనమః శ్రీ గురుపాదుకాభ్యాం
4. సితాభ్ర కాశ్మీరజ పుష్పసార సులేపితాభ్యాం సుమనోర్చితాభ్యాం
మునీంద్ర హృత్సారసభానుమద్భ్యాం నమోనమః శ్రీ గురుపాదుకాభ్యాం
5. అనాద్య విద్యా హరణేక్షణాభ్యాం అహంమమోన్మత్త గజాంకుశాభ్యాం
గళత్సుధా సౌరభ సంతతాభ్యాం నమోనమః శ్రీ గురుపాదుకాభ్యాం

పాదుకా పంచక స్తోత్రం శ్రీనివాస ముఖోద్గతం
పఠతా మిష్టఫలదం భూయాదీశ ముదేశివమ్

- శ్రీ గురువులు

ఈ పుస్తక ప్రచురణ కోసం పాక్షికంగా ఆర్థిక సహాయం అందించిన **చి. ఫణిగార్గేయ** (సాఫ్ట్‌వేర్. ఇంజనీర్. సాన్‌డియాగో. అమెరికా.) గారికి,(వారి తండ్రి గారైన **కీ. శే. శ్రీ అవధానం రామ మోహన్** గారి స్మృత్యర్థం) **యస్.పి.వై రెడ్డి** (నందిపైపులు) గారికి శ్రీ శ్రీ శ్రీ శివసచ్చిదానంద స్వామి వారి ఆధ్యాత్మిక దివ్య మహదాశీస్సులు నిరంతరం శ్రేయస్సు నివ్వాలని ఆకాంక్షిస్తూ....

ప్రకాశకులు



గ్రంథ రచయిత

కీ. శే. బ్రహ్మ శ్రీ పాణ్యం లక్ష్మి నరసింహ శాస్త్రి

వారి సహధర్మచారిణి కీ.శే. శ్రీమతి లక్ష్మినరసమ్మ

విషయ సూచిక

శ్రీ గురుస్తోత్ర రత్నావళి

- కే. శే. పాణ్యం. లక్ష్మీనరసింహ శాస్త్రి

శ్లో॥ శ్రీగురుచరణస్మరణం హరణం శతకోటి జన్మదురితానాం
ప్లవనం భవసింధు సముద్ధరణం మమాస్తు సచ్చరణం॥

శ్లో॥ సదేకమాద్యం పరమాత్మతత్త్వం గురుస్స్వరూపేణ విభాతిసాక్షాత్
అణోరణీయాన్మహతో మహీయాన్ చకాస్తి వేదాంత వినిశ్చితార్థః॥

శ్లో॥ యద్వేదాంత శిరోవిభూషణ మఖండానందకందం మహో
ధీరైశ్శిష్యగణైస్సమాహిత సుసంపన్నైస్సదాసేవితం
శాంతం శ్రీగురుధామ సత్యమఖిలోన్నత్యం కృపాసుందరం
నిత్యోదారము పాస్మహే వయమహో! తచ్ఛ్రీనివాసంమహః॥

శ్లో॥ ఆనందామృతదీధితేస్స్తుప్రభవోహ్యాధ్యాత్మ విద్యామహో
ముక్తాకౌస్తుభ రత్నగర్భితతలో విజ్ఞాన కల్పద్రుమః
నిస్సంకల్ప తరంగ నిషబుధముక్తి శ్రీనివాసోజ్జ్వలో
గాంభీర్యోన్నత శాంతిపూరిత సుధాంభోరాశి రుజ్జృంభతే॥

శ్లో॥ లీలామానుష్యదేహప్రకటిత విభవో హ్యాద్యవాత్సల్యకల్యో
యోగజ్ఞాన ప్రణాళీప్రణిహిత మధురాధ్యాత్మ విద్యాప్రబోధ
జ్యోత్స్నాసంపుల్ల శిష్యప్రకర విమలహృత్కైరవోమోదతేయో
జ్యోతీరూప ప్రకాశస్స జయతు భగవాన్ శ్రీనివాసాఖ్యదేవః॥

శా॥ శ్రీమత్సాధు కులాబ్ధి శీతకరమై, శ్రుత్యంత కాంతాశిరో
దామంబై, పరసత్యనిష్ఠమయి, యాద్యంబై, శివానంద స
త్ప్రేమంబౌచు, సరస్వతీహృదయ నీరేజాత భాస్వంతమై,
భూమామ్నము శ్రీనివాసగురు వొప్పున్ తాపరబ్రహ్మమై॥

సీ|| అవిరళ విశ్రాంతి నధ్యాత్మబోధ నా చంద్రికల్ గురియుశశాంక కీర్తి,
అనయమధీతి బోధాచరణ ప్రచారాంచిత భవ్యపథానువర్తి,

సీ|| అవిరళ విశ్రాంతి నధ్యాత్మబోధ నా చంద్రికల్ గురియుశశాంక కీర్తి,
అనయమధీతి బోధాచరణ ప్రచారాంచిత భవ్యపథానువర్తి,
బ్రహ్మ వర్చస్సుందర మహోకళాపరివేష్టిత మధుర గంభీరమూర్తి,
మల్లికార్జున గురుమందార మకరంద మాధుర్యమగ్న రమ్యప్రవర్తి,

గీ|| అమ్మహాత్ముడు శ్రీనివాసాఖ్య నొప్పు బ్రహ్మరంధ్రాంబురుహ మధ్యభాసమాన
కర్ణికా పీఠికా చిత్సుఖాభిరామ మహితయోగీంద్ర సంసేవ్యమానుడగుచు,

సీ|| ఏమహాసీయు సమిద్ధ ప్రబోధంబు సులభమ్మై సుగమమ్మై శుభములొసగు,
ఏగురుదేవు కృపా గుణవాహిని శిష్యజనాళీ సంజీవనంబు,
ఏశాంతు డెలయించు నాశాంత నిజయశో వల్లరీ విద్యా ప్రఫుల్లసుమము,
లేసాధుకుల దీపమా సాధకుల యోగ పథములజూపు సత్ప్రభల వెలిగి,

గీ|| శ్రీగురు శ్రీనివాసుండు వెలుగుసతమునాత్మ విజ్ఞాన దివ్యబోధామృతార్థ
వివిధ దేశాగత విబుధ ప్రవరనిత్య వందితాభ్యర్చిత పదారవిందుడగుచు.

శా|| ఈతాపత్రయ వహ్నితప్తులకు హాయింగూర్పగా జ్యోత్స్నయై,
యాతాయాత దురంతరోగముల మాయంజేయు సిద్ధౌషధం
బై, తత్త్వప్రతిపాదకాక్షరసమర్థాధ్యాత్మ విద్యాపరం
జ్యోతీరూపము శ్రీనివాసగురు డిచ్చున్నిత్యకళ్యాణముల్.

ఉ|| కర్మశరీరముల్విడి యఖండ్యమదాహ్య మశోష్యమైన జ్యో
తిర్మయ దేహముల్బడ యధీరతమై, నజరామరంబునౌ
మర్మమనుగ్రహించి, పరమార్థము నిచ్చెడు శిష్యవ్రజ స
ద్ధర్మము; శ్రీనివాస గురువర్యుల కంజలినే ఘటించెదః .

ఉ|| ఎంత తపస్సుచేసినను నేనిలభింపని విద్యలెల్ల నొ
క్కింత కటాక్ష పాతమునసే గురుదేవుడనుగ్రహించు; ధీ
మంతులు శిష్యులందరికి మానితమౌ యనుభూతినిచ్చి యా
ద్యంతములేని యాపరమ ధామముజేరగ త్రోవజూపుచున్.

ఉ||ఎందరొ యోగివర్యులు మహిన్ భవదీయ కృపామృతంబు తా
మందిరిగాని వేదములకందని శ్రీగురుపూర్ణ తత్త్వమూర్
అందిరొలేదొ సందియమునొగదు! సత్యమునై శివంబునై
సుందరమై నఖండమున చుంబిత మాపరతత్త్వ మెంచెదన్.

ఉ||ఎన్ని భవంబులందు గడియించిన యాసుకృతంబు లెన్నియో
యన్నియమూర్తియై మనకహో! లభియించె గురూత్తముండు వి
ద్వన్నుత యోగసాంఖ్యసు విధాన సుధాపరిణాహమూర్తి; మా
యన్న! తరించుజన్మ మనసా! గురుపాదము లాశ్రయింపుమా.

ఉ||విద్యలమ గ్రహింపుచు న విద్యను రూపడగించునట్టి నీ
యుద్యమ దివ్యవాహిని మహోన్నత సత్యహిమాద్రి నిస్సర
ద్భద్యవిహారముల్ సలిపి యీమహిమోజ్జ్వల శిష్యతీర్థ సం
వేద్యమునై, జగత్రయ పవిత్రమునై విలసిల్లు సద్గురూ!

ఉ||మానితధర్మ దీక్షన సమానముగాగొని, యాంతరంగిక
జ్ఞానములేక కుందు మను జాళికి లోపలిచూ పొసంగి, వి
జ్ఞానమహత్త్వ దృశ్యపరమార్థవలోకన లబ్ధశాంతి సం
ధానులజేయు నీదువవతారవిభూతికి నంజలించెదన్.

ఉ||అంతములేని క్షుద్ర విషయాతపతీవ్రత మ్రగ్గువేదనా
క్రాంత జగజ్జనావలిక ఖండసుధామయ బోధనంబులన్
శాంతినిగూర్చు సర్వభువనస్తవనీయ కళాప్రపూర్ణ! య
శ్రాంతము నీకటాక్ష పరిరక్షిత మార్గమునంటి నిల్చెదన్||

ఉ ||పాటవమొప్పశిష్య జనవర్గము దివ్యసమాహిత స్థితిన్
బాటువడంగ జేయుటకు, పట్టుదలన్గలిగింపనెంతయా
రాటమొ స్వామి! నీకు; మధురంబుగ తీరిచిదిద్ది మాదుజం
జాటములెల్ల బాపెదవనన్యకృపామృతపూర ధోరణిన్||

శా॥ నీవాత్సల్య సుధామనోజ్ఞలహరిన్నిండారు క్షేత్రమ్ములం
దావాసింపుచు పూర్వపుణ్యముల బీజాంకూరముల్ప్రోల్చి, వి
ద్యావల్లీ నుసమాహితోజ్జ్వల ఫలంబానంద మాధుర్య స
ద్భావాతీతరసంబు శిష్యతతికాస్వాద్యంబ విచ్చిన్నమై॥

ఉ॥ లక్షణ మాత్రతత్పరులయి లక్ష్యము జోలికె పోనియట్టి దు
ర్భిక్షము సంక్రమించినదివిశ్వమునన్, గురుదేవ! నీనన్
శిక్షణనిచ్చి వత్సలత శిష్యజనావళి దీర్చుచుంట ప్ర
త్యక్షము లక్ష్యలక్షణ సమన్వయసంపద లుల్లసిల్లగన్॥

శా॥ లేవా యాశ్రమముల్ సమాజములునున్! లేరే గురుల్! కొల్లలం
తావేదాంతము చిల్కపల్కుల యుపన్యాసంబులందించు నా
రేవెల్గొందిరి గాని; శిష్యతతికీరీతిన్మహాధ్యాత్మ వి
ద్యావైశిష్ట్య మహానుభూతి కలనాభ్యాసంబు లొప్పారునే॥

ఉ॥ సాధన జేయువారలకు సారపు యోగముగూర్చి; యుక్తిసం
శోధన జేయువారలకు పూర్ణపదార్థముగూర్చి; భక్తినా
రాధన జేయువారలకు లక్ష్యముగూర్చుచు నీదు దివ్యస
ద్బోధన పట్టుగొమ్మయగుపో! భువిముక్తి నిగూర్చునద్దియే॥

మ॥ అధికారంబుల తారతమ్యములపైనాధారమున్ జెంది యుం
డుధరన్ విద్యలు లౌకికంబులవియెట్లో; యట్లెనిశ్శ్రేణికా
విధినాధ్యాత్మిక విద్యలన్న సులువున్ విప్పించు సద్బోధనా
సుధలన్ కొల్లగ పంచిపెట్టు కృపకున్ జోహారు! నీ శైలికిన్॥

ఉ॥ వాసిగ పూర్వజన్మ శుభ వాసనలన్వికసింపజేయు; న
భ్యాసులు వారివారి స్థితిపైననుభూతులను గ్రహించు; వి
న్యాసముజేయు వేదలలనామృదు శీర్షములందు; నీయుప
న్యాసము శ్రీనివాసగురునాథ! యనన్యమపూర్వమైచనన్॥

ఉ|| మంజులమ్మై, సమస్త సుఖ మంగళ భవ్యపురాణ సత్కథా
రంజనమ్మై; కువాదకటు లంపట లౌకిక దుష్టమార్గప్రో
ద్భంజనమ్మై, యశేషభవతారక తారక కోకిలోజ్జ్వల
త్పంజరమ్మైన నీ మహితవాఙ్మధురామృతమే శరణ్యమౌ.

ఉ|| అక్షరరమ్యమ్మై, శుభపదార్థమునై, మహనీయభావ సా
పేక్షమునై; శ్రుతిస్ఫుట సమీక్షమునై; వరశిష్యలోక
సంశిక్షణమ్మై; పురాణ మునిచిత్ర కథాంతర దివ్యదృశ్య ప్ర
త్యక్షము నక్షమర్దనవిదక్షమునీ పదశైలి రక్షయౌ||

శా|| గీతాచార్యు మహోపదేశములు; యుక్తిన్ శంకరాచార్య వి
ద్యాతత్త్వంబులు, బ్రహ్మసూత్రముల భాష్యార్థంబులున్, వేదదే
వీ తాత్పర్యము; శ్రీనివాస గురుగంభీర ప్రబోధోజ్జ్వల
త్స్రోతస్సుందర దివ్యపద్మములునై శోభిల్లెడి న్నిత్యమున్||

సా|| సందేహమ్ములు వాయుచోటు; మదులన్ సద్వాసనాదివ్యముల్
మందారమ్ములు విచ్చుచోటు; తొలగన్ మాలిన్య విక్షేపముల్
డెందమ్ముల్ నిలుపొందుచోటు; పరిపాటి న్నిత్యమాధుర్య మా
నందంబయ్యది పొంగుచోటు; బుధగణ్యా! నీపదధ్యానమే||

శా|| సర్వజ్ఞంబును సర్వకారణమునున్ సర్వ ప్రియంభావమున్
సర్వోత్కృష్టము సర్వదేవమయమున్ సర్వేంద్రి యాభాసమున్
సర్వానందము సర్వగమ్య పదమున్ సర్వేద్య సర్వేశమున్
సర్వోపాస్యము నీదు తత్త్వము శరణ్యంబౌచు మమ్మేలుతన్.

శా|| నిండెన్ మోదము శ్రోతృవర్గములకున్ జిజ్ఞాసులోకంబులన్
పండెన్ పున్నెపు పంట! శిష్యతతికిన్ నానాగమ ప్రోక్త స
త్పాండిత్యోన్నతభావ బంధురకలాప ధ్యాత్మ విద్యాసుధా
భాండంబైతివి! శ్రీనివాసగురుదేవా! మా నమో వాకముల్||

సీ|| ఒక చిరునవ్వులో వికసించును పనిషత్సుందరీ మంజులానంద రేఖ;

లోక కటాక్షమ్ములో నూటలు వారును బ్రహ్మర్షి హృదయనీరజ మధువులు;

ఒక చిన్న పల్కులో నుదయించు నోంకారవీణలో హవణించు వింతరవళి;

ఒక మౌనముద్రలో నొప్పారు గంభీరపరతత్త్వ వాక్యార్థ భాష్యపంక్తి;

గీ|| సగుణమో! నిర్గుణమ్మొ! నీ సత్యరూపమందు కొనలేము నీదు మహత్త్వమేము

పాదమ్ములు నమ్మినాము కాపాడుమయ్య! శ్రీనివాస! గురూత్తంస! చిద్విలాస!.

ఉ|| ఛాత్రులు నిందరున్న మతిశాలురు; నీమహనీయ భావముల్

స్తోత్రముజేయు భాగ్యమదితుష్టిగ దక్కెను నాకె! నీకృపా

పాత్రమునై కృతార్థమయి పావనమయ్యెను వాఙ్మయమ్ము! నా

గోత్రము వంశమున్నవముగూడ కృతార్థమునయ్యె నియ్యెడన్॥

చం॥ జయము సరస్వతీశునకు సాధుకులాభరణాత్తకీర్తికిన్

జయమగు మల్లికార్జునయశః ప్రకటోజ్జ్వల భవ్యవృత్తికిన్

జయముజయమ్ము సత్త్వపరిణాహ విశిష్టమనోజ్ఞ మూర్తికిన్

జయమగు శ్రీనివాస గురునాధునకున్ జయమంగళంబగున్॥

గురుస్సాక్షాత్పరబ్రహ్మ

ఉపక్రమణిక

మనిషికేంకావాలి? అనే ప్రశ్న అనాదినుండి చర్చింపబడుతూనే ఉంది. మానజాతి శ్రేయస్సును కోరిన, కోరుతున్న మహానుభావులంతా ఈ ప్రశ్నవేసుకొని తుదకు తేల్చిన సారాంశమేమంటే, అది సుఖం! **మనిషికి కావల్సింది సుఖం.**

అయితే ఈసుఖాన్ని పొందడానికి మనమేం చేయాలనేదానిలో ఒక్కొక్కరు ఒక్కొక్క అభిప్రాయాన్ని కల్గిఉన్నారు. ఒకరికి ఒక్కొసందర్భం లో ఒక్కొక్కటి సుఖహేతువవు తుంది. అదే మరొకరికి మరొకస్థితిలో దుఃఖ హేతువు కావచ్చు. మొత్తానికి ఆహార విహారాలలో మెరుగైన స్థాయి పొందడమే సుఖకారణంగా వివేచించవచ్చు. ఈవిషయంలో ఉచ్ఛస్థితిని పొందడమే **అభ్యుదయం** గా వ్యవహరించబడుతుంది.

కాని ఇది ఇంతటితో ముగుస్తుందా? కేవలం భౌతిక పరిస్థితుల అనుకూల్యం వల్లనే సుఖాన్ని అనుభవిస్తున్నామా? దీన్ని మించిన మరేదైనా సుఖానికి [illegible]వు తుందా? అనే దాన్ని గాఢంగా ఆలోచిస్తే ప్రతివ్యక్తీ అంతరాంతరాలల్లో తనకేదో కావాలనే తపన పొందుతుంటాడు. అట్టిస్థితి మరొకటి ఉందని తెలిసీ తెలియక తల్లడిస్తున్నాడు. మానవుడు ఏస్థితిలో అయితే సుఖాన్ని పూర్తిగా పొందగలడో ఆ స్థితి మనశ్శాంతి. సుఖం, శాంతి అనే రెండూ కావాలనీ ప్రతిప్రాణీ వాంఛిస్తుంటుంది. ముఖ్యంగా మానవుడు భౌతికవస్తువులవంటి ద్వారానే సుఖపడాలని ప్రయత్నిస్తుంటాడు. బాహ్య ప్రకృతిగా దీన్ని చెప్పుకోవచ్చు. తనకు మిగిలిన సంఘంతో గల సంబంధబాంధవ్యాలను, పరిస్థితులను అనుకూలంగా మలచుకోవడంద్వారా సుఖం పొందాలనే ప్రయత్నం చేస్తుంటాడు.

అంతేకాకుండా తనఆలోచనలు, భావాలు, మొదలైన మానసికశక్తులను అనుకూలంగా మల్చుకోవడంద్వారా కూడా సుఖాన్ని పొందవచ్చునని యత్నిస్తుంటాడు. మొత్తానికి బాహ్య, అంతర ప్రకృతులతో నిరంతరం జరిపే పోరాటమే జీవితంగా తేల్చవచ్చు. తాను, తన ఎదుటనున్న సర్వం, తనలోనుండే ప్రకృతి, తనబైటనుండే ప్రకృతి వీటి సంబంధంలో సామరస్యం పొందించుకునేందుకే ప్రయత్నం చేస్తుంటాడు. దీన్నే **ప్రకృతి జయం** లేదా **ప్రకృతి వశీకరణ** అని పిలుస్తున్నాం. ప్రకృతి వశీకరణాన్ని భౌతిక విజ్ఞాన శాస్త్రజ్ఞులు తమ పరిశోధనలద్వారా ప్రయోగాలద్వారా కొంతవరకు సాధించి నారు. ఆప్రయోగ ఫలితాలను పరికరాలరూపంలో మానవకోటి అంతా ఉపయోగిస్తూ తాముకూడా ప్రకృతిని వశీకరించుకున్నాం అనుకుంటూ ఉంది. ఇది చాలా హాస్యాస్పదమైన విషయం. ఎందుకంటే **శాస్త్రజ్ఞుల ప్రయోగ ఫలితజన్యమైన వస్తువులవల్ల కొంతవరకు ప్రకృతివల్ల కల్గుతున్న కష్టాన్ని, ప్రతికూల పరిస్థితులను అనుకూలంగా మార్చుకొని సుఖాన్ని పొందడం ప్రకృతిని జయించడం కాదు.** ప్రయత్నపరుడైన ప్రతివ్యక్తీ స్వయంగా తనకు తాను ప్రకృతిని వశీకరించుకోగలడు. దానికుండే ఏకైకమార్గం **ఏకాగ్రతా రూప-అభ్యాస యోగమే.** ఈపద్ధతి ద్వారా అంతర ప్రకృతిని స్వాధీనపరచుకున్న వానికి బాహ్యప్రకృతికూడా తనకుతానే (Automatic గా) వశమవుతుంది. ఎందు కంటే శరీరం లోపలి ప్రకృతి, బాహ్యప్రకృతి ఒక్కటే కాబట్టి. దీనికి శాస్త్రీయమైన అంశాన్నే ఉదాహరణగా చూపించవచ్చు.

ఒకమహాసముద్రంలోని నీటి లక్షణాలను, స్వభావాన్ని, దానిలోనుండే పదార్థ విశేషాలను తెలుసుకొనేందుకు రసాయన శాస్త్రవేత్త ప్రయోగశాలలో అతితక్కువ పరిమాణంలోని నీటిని మాత్రమే పరిశోధించి దానికిగల గుణాలనే సముద్రజలానికంతటికీ వర్తింపజేస్తాడు. అది ఖచ్చితంగా సరిపోతుంది గదా! అదేవిధంగా అంతరప్రకృతిని జయించడంద్వారా మన శరీరంలోని అంతర ప్రకృతియైన చైతన్యంలోని వివిధ పరిస్థితులను, ప్రకృతిని, స్పష్టంగా చూచి (దర్శించి) ఆపై ఆయా చైతన్యశక్తులను స్వాధీనం చేసుకోవడమే ఆధ్యాత్మ విద్య.

అధ్యాత్మమంటే ఏమి? మన భౌతికశరీరం మొదలుకొని సూక్ష్మ శరీరం, (ఇంద్రియాలు, మనస్సు మొ॥) జీవాత్మ పరమాత్మ వరకూ గల వస్తు స్వభావం అధ్యాత్మం. దీన్నే క్షేత్రంగా కూడా పిలుస్తారు. దీన్నంతా గూర్చి తెలుసుకొనే విధానమే **అధ్యాత్మవిద్య.** దాన్ని తెలుసుకున్న వాసినే క్షేత్రజ్ఞుడని గీత పేర్కొంటుంది. విద్య అంటేనే క్రమంగా తరగతులువారీగా నేర్చుకోవలసినట్టిదని అర్థంచేసుకోవాలి. లోకంలోని లౌకిక విద్యలన్నీ తరగతుల ప్రకారం ఎట్లా నేర్చుకుంటున్నామో అట్లే అధ్యాత్మవిద్య కూడా నేర్చుకోవలసినదే.

క్రమంగా నేర్చుకోవడం అంటే కేవలంశ్రుత పాండిత్యం కాకుండా తెలుసు కున్న విద్యా క్రమమంతటినీ అభ్యసించి అనుభవాన్ని పొందడమన్నమాట. సూక్ష్మశరీరంలోని ఇంద్రియాధిష్ఠాన దేవతలు, పంచభూతాలు, షట్చక్రాలు, శ్రీచక్రం, అందులోని దేవతలు ఆయా దర్శనాలు ఇవన్నీ కలిసినదే **అధ్యాత్మవిద్య.** ఈ అధ్యాత్మ విద్య ఎన్నో యుగాలనుండి మహర్షులచేత తత్త్వవేత్తల చేత ఎన్నోవిధాలుగా తెల్పబడింది. (Theory) థియరీ (Practicals) ప్రాక్టీకల్స్ రెండూ చెప్పబడినాయి. ఆవిధానానికి తగిన అభ్యాస పద్ధతులను, క్రమవికాసాన్ని తెలుసుకొని సాధన చేయడం ఎంతో అవసరం. సిద్ధాంతాలు ఎన్ని చెప్పినా, ఎన్నివిన్నా, ప్రయోగాభ్యాసం లేకుంటే నిరుపయోగం కదా! కొన్ని ధ్యాన కేంద్రాలు యోగాభ్యాసాన్ని శిక్షణనిస్తున్నప్పటికీ, అది తరగతుల వారీగా (Syllabus) కన్పించదు. కేవలం ఉపన్యాసాలు, ప్రచారం ప్రాముఖ్యతను వహిస్తున్నాయి. సాధకుని సంస్కారాన్ని, చిత్తవికాసాన్ని, అర్హతను ఆధారంగా తరగతుల నేర్పరచి యోగాభ్యాసంలో శిక్షణనిచ్చినప్పుడే అది అనుభవానికి వస్తుంది. లేకుంటే నిష్ఫలమే. అటువంటి విధానాన్ని ప్రకటించి అభ్యాసంలో తగిన శిక్షణనిచ్చి, సాధకులకు తగిన మార్గదర్శకత్వం (Guidence) ఇవ్వడమే మా ఆత్మ విజ్ఞాన కళాశాల లక్ష్యం. ముఖ్య ఆశయం. ఈఏకాగ్రతారూప అభ్యాసానికి ప్రతిమానవుడూ, (లింగ, కుల, మత, భాష, దేశ వివక్ష లేకుండా) అర్హుడే! ప్రతివానికీ ఆహక్కు ఉంది.

జిజ్ఞాసువులందరికీ, అభ్యాసకులందరికీ

ఇదే మా హృదయ పూర్వక ఆహ్వానం!

స్వాగతం! సుస్వాగతం!!

శ్రీ గురువుల సంక్షిప్త జీవిత చరిత్ర

శ్లో॥ శ్రీనివాసం శ్రీనికేతం శీఘ్రసిద్ధిద మాశ్రయే
స్వయం జ్యోతి స్సుధాసింధు సాధు సద్గురుశేఖరమ్

కులం పవిత్రం జననీకృతార్థా వసుంధరా పుణ్యవతీ చ తేన

శ్రీనివాస గురుదేవుల స్వస్థలము ఆంధ్రప్రదేశమునందలి రాయల సీమలో కడప మండలము జంబులమడుగు తాలూకా పెద్దముడియం అను గ్రామము. కుముద్వతీ నదీ తీరములోనున్న ఆ గ్రామములో మృడానీ దేవాలయమున్నది. ఆదేవి పేరుతోనే మృడానీయము అని ఆగ్రామము వెలసినదనియు, క్రమముగా వికృతిని చెందుచు ముడియము అని నిలిచినదని అభిజ్ఞుల అభిప్రాయము. ఆయూరిలో సాధు, వంశస్థులు శ్రీగురుమూర్తి భట్టు అను బ్రాహ్మణశ్రేష్టుడు నివసించుచుండెను. వారి వంశమునకు, శ్రీ గురుమూర్తి భట్టుగారి సాధువర్తనముగాంచి చాలహర్షించి ఆప్రాంతం ఏల్బడిదారు ఒకసభనేర్పాటు చేసి సగౌరవముగ శ్రీగురుమూర్తి భట్టుగారిని ఈసాధు నామముతో సత్కరించినారని ప్రతీతి. ఆనాటినుండి వారి వంశనామము సాధు వంశమయ్యెను. వారిది కౌండిన్యస గోత్రము. వారు శ్రీనివాసగురుదేవులు ప్రపితామహులు.

శ్రీగురువుల అవతారమునకు వారిపై మూడుతరములనుండి యే (రంగస్థలము) బీజాంకురములేర్పడినవని భావింపవచ్చును. శ్రీగురుమూర్తి భట్టు గారి గృహస్థ ధర్మము మూడు పూవులారు కాయలుగ నుండెను. అతిథ్యభ్యాగతసత్కారములకు లోటులేని భూవసతి గలిగి అగ్రహారీకులలో యోగ్యుడుగ శ్రీగురుమూర్తిభట్టుగారు సంసారయాత్ర జరుపుచుండిరి. వారి ఇంటికి ఒకనాడొక సిద్ధపురుషుడెచ్చటినుండి యో మధ్యాహ్న కాలమునక భ్యాగతుడైవచ్చినాడు. శ్రీ గురుమూర్తి భట్టు ఆసిద్ధపురుషునికి సాష్టాంగ ప్రణామ పూర్వకముస్వాగతమొనరింప జేసి, అర్ఘపాద్యాదు లిచ్చి సత్కరించి భోజనమొనరింపజేసి విశ్రమింపజేసినాడు. విశ్రాంతి సమయమున, ఆసిద్ధుడు "నాయనా! గురుమూర్తిభట్టూ! నీకు శ్రీగురుదక్షిణామూర్తి స్తోత్రము నుపదేశించెదను. ఆస్తోత్రము నీవంశీయులకందరికి క్రమముగ నుపదేశమొసంగవలెను [illegible]. దానిచే శ్రీగురుదక్షిణామూర్తి

చేసి వారికిచ్చెను. కన్నులకద్దుకొని వారలప్పుడు భుజించిరి. శివరాత్రి ఉత్సవములు ముగించుకొని పెద్ద ముడియం జేరిరి. మర్నాడు ఈశ్వరయ్య దంపతులు పర్లపాడు చేరిరి. మహనందీశ్వర అనుగ్రహ రూప ఫలభక్షణ ప్రభావంతో మరుసటి నెలలోనే వారిరువురు ఒకేసారి గర్భము ధరించిరి. శ్రీ నందయ్యగారి ధర్మపత్ని లక్ష్మీనరసమ్మ దంపతుల కాపురము 7 ఏండ్లు గడిచినమీద ఇప్పటికి సంతాన ప్రాప్తి జరుగుచున్నది. లక్ష్మీనరసమ్మ గారి తండ్రి జంబులమడుగు నగరవాసి కల్లుట్ల నరసరామయ్యగారు. వారికి ఈ శుభవార్త తెలియగానే పసుపు కుంకుమ చేసి మూడవ నెలలో జంబులమడుగు కుమార్తెను పిలుచుకొని పోయిరి. ఎంతో అల్లారుముద్దుగా గర్భవతి అయిన కుమార్తెను 9 నెలలవరకు చూచుకొనుచుండిరి. వారి ఇలవేల్పు తిరుపతి శ్రీనివాస మూర్తిని కుమార్తె సుఖప్రసవము అగుటకు సత్పుత్రుని పొందుటకు ఉపాసించుచుండిరి. లక్ష్మీనరసమ్మగారికి శ్రీనివాసస్తవము ఉపదేశించినారు. ఆతల్లి శ్రీనివాసస్తవమును నిరంతరము స్మరించుచుండినది. ఆతల్లికి ఒక నాటి స్వప్నంలో శ్రీనివాసుడు దర్శనమొసగి "అమ్మా! మహనందీశ్వర అనుగ్రహముచే గర్భము ధరించినావు. నీకు జన్మించబోవు కుమారుడు రూపముచే ఆస్వామి సమానుడైనను, నామముచే నా స్వరూపుడు గా విరాజిల్లును. నేనునూ మహనందీశ్వరుడునూ ఒక్కటేనని గ్రహింపుము. ఎవరేమి పేరుపెట్టినను నీవు మాత్రము శ్రీనివాసుడని పిలువుము. అతడెప్పటికినీ శ్రీనివాసమూర్తి వలె ప్రకాశించగలడు" అని చెప్పి అంతర్హితుడయ్యెను. ఆమె వెంటనే మేల్కాంచి తమ తండ్రికి ఈసంగతి తెల్పి ఇరువురు ఆనందాశ్చర్యమును పొందిరి.

శ్రీగురుమాత లక్ష్మీనరసమ్మ నందన సంవత్సర కార్తీక శుద్ధ షష్ఠీ గురువారం (27-10-1882) ఉదయం గం. 9-30 ని.లకు శ్రీనివాసుని ప్రసవించెను. తక్షణమే ఆమెకు ఆ గది నిండా దివ్య తేజఃపుంజము కనిపించినది. మహానందీశ్వరుడు శ్రీనివాసుడు లీలగా దర్శనము యిచ్చి మా ఇద్దరి స్వరూపమే ఈ బాలుడని చెప్పినట్లు భాసించింది. నామకరణము జరిగింది. తండ్రి గురుమూర్తి అని తల్లీ శ్రీనివాసులు అనితల్చుకొనిరి. రెండూ కలిసి శ్రీనివాస గురుమూర్తిగా ఖ్యాతినొందెను.

శ్రీ గురువుల బాల్యం :- శ్రీ గురువులకు ఐదవ మాసములోనే మాతృవియోగము కలిగినది. చిరునవ్వుల పువ్వులు వికసించు శ్రీనివాసుని

ముఖచంద్ర దర్శనము, ముచ్చట ఆ తల్లికి అంత మాత్రమే. జ్వరము సంధి తో "స్వామీ శ్రీనివాసా! నన్ను నీలో చేర్చుకో అంటూ కన్ను మూసింది. శ్రీనివాసుడు క్రమంగా శుక్ల పక్ష చంద్రుని వలె ప్రకాసించు చున్నాడు. మూడు సంవత్సరములు వచ్చుసరికి పౌరాణిక గాథలన్ని తెల్సు కున్నాడు. తెలియని దానిని గూర్చి అడిగితెల్సుకొనుట తెలిసిన వాటిని ఇతరుల కు సవివరంగా చెప్పుట వారి బాల్య లీలలలోనే ప్రసరించిన విజ్ఞాన వీచికలు.

శ్రీనివాసునికి ఐదవఏట విద్యాభ్యాసము వైభవముగా చేసి బడికి పంపినారు. ఐదవ నెలలోనే ప్రాథమిక విద్యలలో ప్రావీణ్యం పొంది పై తరగతి వారిని కూడా నిర్వీర్యుల నొనర్చు అత్యద్భుత మేధా శక్తి ప్రదర్శించెను. ఆ చదువు బాలునకు ఒక ఆటగా ఉండినట్లు ఇతరులకు తోచు చుండినది. ఆటలలో చాలా మేటిగా సహచరులగు బాలురకు గురుత్వము నాయకత్వము పొందుచుండినాడు. కేవలం ఆటలలోనే కాలము గడిపేవాడుకాదు. సాయంత్రం ఆటలు ముగిసిన తోడనే వృడానీ ఆలయము ఇతర దేవతాలయమునకు వెళ్ళి మధుర స్వరముతో స్తోత్రములు చేయుచు తోటి బాలులకు భక్తిని ప్రబోధించు చుండెను. వారు సహచరులగు బాలురు శ్రీనివాసుని తమ స్నేహితుడుగా మాత్రమే చూచుకొనుట లేదు. ఒక గురువుగా సేవించు చుండిరి. వారికి పేదరాశి కథలు, పితృపాదులు చెప్పినవి, అత్యద్భుతముగా కన్నులకు కట్టినట్లుగా చెప్పి ఆ బాలుర తన్మయులనూ చేయుచుండేవాడు. అందులోన అప్పుడే భావిజీవితంలోని మధురాతి మధురమైన శక్తి తొంగిచూచు చుండినది.

ఇట్లు ఏడేండ్ల వయసు వచ్చి నప్పటికీ పెద్ద ముడియంలోని పాఠశాల విద్య పూర్తి అయినది. గురువుల పితృపాదులు ఉపనయమున మహోత్సవముగా శుభముహూర్తమొనర్చి శ్రీగాయత్రీ మంత్రము ఉపదేశించిరి. వారునూ పితృపాదులు సంధ్యావందనాదులను చెప్పుచుండగానే గ్రహించి, కొంతకాలములోనే రుద్రాధ్యాయాది మంత్ర భాగములు కంఠస్తమయినవి. నందయ్యగారు కుమారునకు అంద్రము లోనే భారత, భాగవత మరియు రామాయణము లను క్రమముగా పాఠము చెప్పుచుండిరి. వారు చెప్పుట వినుట మాత్రానే శబ్దార్థముల భావములు, సన్నివేశ సందర్భములు ఏకసంథ గ్రాహియై వారి తండ్రికి ఆశ్చర్యకరమున వివరించుచుండిరి. శ్రావ్యమైన మధురకంఠముతో 14 ఏండ్ల లోనే వారిఊరి యందలి ప్రముఖులు

వచ్చి వీరి ఇంటివద్ద భారభాగవతాది పురాణములను శ్రీనివాసుని వద్ద విని ముగ్ధులగు చుండిరి. పితృపాదులను మించిన పౌరాణికులై, వారు పుత్రాదిచ్ఛేత్ పరాజయం అనునది సార్థకం చేసినారు.

శ్రీనందయ్య గారికి సంస్కృత భాషలో ఎక్కువ ప్రవేశములేదు. తనకుమారునికి సంస్కృతములో పాండిత్యము కల్గింపవలెనన్న ఎచటికో దూరదేశములకు పంపవలెను. కుమారుని వియోగమును సహింపలేక చింతించుచుండెను. శ్రీనివాసునికి 15వ సంవత్సరము నడుచుచుండెను. ఒకమారు నందయ్యాగారింటికి వారి గురువులు శ్రీకోదండరామయ్యాగారు విజయం చేసిరి. వందనాది సపర్యలైన తర్వాత కోదండరామయ్యాగారు భక్తి పూర్వకముగా నమస్కరించి నిలిచిన శ్రీనివాసులను చూచి "నందయ్యా! నీకుమారుని వదన తేజస్సు మాకే విభ్రాంతిని కొలుపు చున్నది. అష్ట మహాపురుష విద్యలలో ముఖ్యమైనదియు పరమ బ్రహ్మవిద్యాధిగమమునకు ప్రత్యక్షసాధకమగు అక్షిపురుషవిద్యయొక్క అనుభవమును పొందిన నీవు ధన్యుడవు. వేదాంత విద్యల పరిపాటి దేశంలో తప్పిపోయి (సన్నగిల్లి) అందరునూ వేదాంత వాక్శూరులుగా మిగులు చున్నారు. నీవు తగిన దినశుద్ధి చూచి నేనుపదేశించిన విద్య ఇతనికి ఉపదేశింపుము. నీ పుత్రుని విషయమున నీవు గురు స్థానము నొందుము. ఆ విద్య ప్రచార ప్రాభవముచే ఇతడు ముందుముందు గొప్పబ్రహ్మవేత్తయై స్వోద్ధారికుడు మాత్రమే గాక అనేక శిష్యోద్ధారకుడు మరియు దేశోద్ధారకుడు కాగలడని మాకు స్పష్టముగా తెలియుచున్నది. ఇది నా ఆదేశం." అని పలుకుచుండ శ్రీనివాసులకు ఆనంద భాష్పములు కన్నులనుండి జలజలా రాలుచుండెను. కొన్నాళ్ళుండి కోదండ రామయ్య గారు వెళ్ళిపోయిరి. శ్రీనివాసులకు అదివరకే సిద్ధమైన ఆధ్యాత్మిక వాసనలు ధీ క్షేత్రమున ప్రబుద్ధములై రేకెత్తి మారాకు తొడిగి ప్రవృద్ధము లైనవి. పైగా కోదండరామయ్యాగారి శ్లాఘ ప్రబోధము ఆవాసనలను మరింత ప్రాబల్యమునకు తెచ్చినవి.

నందయ్యాగారు తమ గురువుల ఆదేశము మేరకు తమనందనునికి ఒకశుభ దినమున అక్షిపురుష విద్యను ఉపదేశించిరి. వెంటనే శ్రీనివాసుడు గురువులకు ఆవిద్యాను భవం చక్కగా గలిగినది. అప్పటి నుండియు శ్రీనివాసులలో వొక విధమైన అవర్ణనీయమగు నూతనో త్తేజమూ విర్భవించి ముఖసీమలయందు వెల్లివిరియుటచే శ్రీవారిని చూచినవారి కెల్లా "ఈయన ముందుముందు

ఎంతటి మహనీయుడు కాగలడోకదా" అని ఆశ్చర్యపూర్వకభావములు దయించుచుండెను.

శ్రీనివాస గురువులకు పరమ గురు మల్లికార్జున శాస్త్రుల వారి దర్శనము. వివాహము.

అల్ఖూరు గొల్లాపిన్ని మల్లికార్జునశాస్త్రిగారు ఆకాలము నందు కర్ణాటకము. ఆంధ్రరాష్ట్రములలో సుప్రసిద్ధులు. అపరోక్ష బ్రహ్మీభూతులై నిరంతరము బోధ, ఉపరతి నందుచు గృహస్థ ధర్మములోనున్నను 3, 4, 7, 10, రోజులు అసంప్రజ్ఞాత సమాధిలో గడపుచుండిన జీవన్ముక్తులు. ఆమహనీయులు తర్క వ్యాకరణ వేదాంత శాస్త్రములలో ఉద్దాలపు పండితులలో గద్వాల వనపర్తి సంస్థానాదులలో నాన్యతో దర్శనీయ ప్రతిభతో దేశమంతట కీర్తి చంద్రికలు వెల్లివిరియించిన వారు. వారి కవితా ప్రౌఢి అనన్యమై విరాజిల్లుచుండినది. జ్యోతిశ్శాస్త్రములో గ్రహసిద్ధాంతములో వారి ప్రావీణ్యము వర్ణింపశక్యము కానిది. వారి రచనలలో ఇప్పటికి కొన్ని గ్రంధ రూపములుగైకొనియున్నవి. ఇంకను ఎన్నోకలవు.

అల్ఖూరు రాయచూరుకు సంబంధించిన ఊరు. తెలంగాణాలోనిది. అచటినుండి బయలుదేరివచ్చి జమ్ములమడుగులో నందయ్యగారి స్నేహిత బంధువులు గడియారం శేషశాస్త్రి గారితోగూడ శ్రీనివాసులు వరుడుగా నున్నాడని తెలిసివీరి బంధుత్వమున తమ కుమార్తె కువరాన్వేషణ నిమిత్తము కడప జిల్లాకు వచ్చి గడియారం శేషశాస్త్రితో గూడ వచ్చి, శ్రీనివాసులను చూచి, ఆమహనీయులు మల్లికార్జునశాస్త్రిగారు తమకుమార్తెకు శ్రీనివాసులకు ఇచ్చెదమనిరి. అంతగొప్పప్రసిద్ధ పండితులతో మహనీయులతో వియ్యమందుటకు నందయ్య కొంత భయ సంభ్రమములు కనబరుచుచు తమ కుమారునికి సంస్కృత విద్యా పాండిత్యము లేదని తెలిపెను.

శ్రీమల్లికార్జునశాస్త్రి పరమగురువులు "ఇతని విద్యావిషయమును గూర్చియు పురోభ్యుదయముగూర్చియు మాకువిడిచిపెట్టుడు అంతయు మేము చూచుకొందుము ఇక మీ సంశయము తీరినట్లేగదా?" అనిరి. గడియారం శేషశాస్త్రితో "ఈపిల్లవాడు బ్రహ్మవేత్తయై అభ్యుదయ సిద్ధినందు నాడుగనున్నడు మాకన్ని విధములు పరిపోవును." అనుటయు పంచాంగం

తెప్పించి, సముహూర్తం నిశ్చయించుటయు జరిగెను. నిశ్చయ తాంబూలము లు ఇచ్చి పుచ్చు కొనుట కూడ వెంటనే జరిగినవి. త్రికాల వేదులగు మల్లికార్జున పరమ గురువులు శ్రీనివాసుల భవిష్యత్తులోని మహత్తు దర్శించిరని వేరు తెలుపవలెనా?

శ్రీమతి కృష్ణవేణమ్మతో శ్రీనివాసశాస్త్రుల వివాహము శాస్త్రోక్తంగా జరిగింది. పెద్దముడియంలో తన స్వగృహమందు గృహస్థాశ్రమమున ప్రవేశించినారు. కొంతకాలం తర్వాత శ్రీ మల్లికార్జునశాస్త్రి శ్రీనివాసునకు ఒక లేఖ రాసినారు. దానిలో తన విద్యా ప్రగతికి తగిన గురువుగా శ్రీ మల్లి కార్జునుడు గోచరించినాడు. తండ్రి ఆశీసులను గ్రహించివెంటనే అల్లూరుకు వెళ్ళి మామగారైన మల్లికార్జునశాస్త్రిని సర్వాత్మనా గురువుగా భావించి భక్తితో సేవింపసాగిరి. మల్లికార్జునశాస్త్రిగారు పరమయోగి పుంగవులు. విద్యా సముద్రులు. దీర్ఘకాలం నిర్వికల్ప సమాధినిష్ఠులై స్వాత్మావలోకన తత్పరులై ఉండేవారు. అట్టి సద్గురువును సేవించి ఆయా విద్యాసిద్ధిని పొంద వలెనన్న దీక్షతో శుశ్రూషసల్పుతున్నారు శ్రీనివాసులు. మహాత్ముల జ్ఞాన నిష్ఠ బలవత్తరం అయ్యేందుకు తగిన పరిస్థితులు విధివశాత్తు సమకూరు తాయి. గురు సేవా తత్పరులైన శ్రీనివాసునకు భార్య కృష్ణవేణమ్మ అకాల మరణ వార్త కలచివేసింది. కాని ప్రాజ్ఞుడై విరాగముతో దుఃఖాన్ని జయించినారు. కొంత కాలం తర్వాత మల్లికార్జునశాస్త్రిగారు తన రెండవ కుమార్తె సరస్వతమ్మ ను శ్రీనివాసశాస్త్రి కిచ్చి వివాహము చేసెను. తన నిరంతర సమాధి నిష్ఠ శిష్యుని విద్యాభివృద్ధికి ఆటంకం అయితుందని భావించి నారాయణశాస్త్రి అనేపేరు గల్గిన వెదవేదాంగవేత్త, తర్క వ్యాకరణాది శాస్త్రవేత్త వద్దకు పంపించినారు. ఈశ్వరానుగ్రహం వల్ల శ్రీనివాసశాస్త్రికి చిత్తైకాగ్రాము చేకూరి, అచిర కాలంలోనే సమస్త శాస్త్రాలలో అఖండ పాండిత్యం సంపాదించెను. ఇంతలో శాస్త్రిగారికి పితృవియోగం సంభవించింది. స్వగ్రామం వీడి అల్లూరు నందే స్థిరనివాసం ఏర్పరచుకున్నారు.

ఒకనాడు నారాయణ పండితులు శ్రీనివాసునితో ఈవిధంగా పలికిరి. "నాయనా! శాస్త్ర పాండిత్యంతో ఆధ్యాత్మతత్వాన్ని బోధిస్తూ శిష్య లోకోద్ధరణం సల్పుము. భక్తి జ్ఞానములను సమన్వయిస్తూ ప్రసంగించగలిగే ప్రజ్ఞ గలవాడివి నీవు. మహానుభావుడైన మల్లికార్జునశాస్త్రిగారి ఆశయము కూడా ఇదే. ఆధ్యాత్మ విషయికమ్మైన నైష్కర్మ్యాన్ని తొలగించి లోకము

నుద్ధరించు!" అది మొదలుగా శాస్త్రిగారు తన జీవితాన్ని ఆధ్యాత్మ విద్యా ప్రబోధ ప్రచారాలకే అంకితం చేసినారు. ఎందరో శిష్యసాధకులు శ్రీ గురు కృపచే జన్మ సాఫల్యమునొందినారు.

గురువుల ఆధ్యాత్మబోధ

గురువర్యుల ప్రసంగములు పురాణాగమాదిసమ్మతములై తర్కా-భూయిష్టమై, దివ్యములై యొప్పారుచుంటాయి. గహనములైన ఆత్మ విషయాలను అమోఘప్రతిభతో సుస్పష్టమొనరుస్తూ భాషించేవారు. వారు సర్వవేదాంతరహస్య పారగులు. ఆత్మతత్త్వాన్ని ధర్మాలను ఏకకాలంలో పండితులకు, పామరులకు, స్త్రీలకు, బాలురకు అందరికీ సుబోధకమగు నట్లు ప్రసంగించెడివారు. తననాశ్రయించిన వారినందరినీ ఆత్మీయులుగా భావించి, అవ్యాజ వాత్సల్యాదరాలతో కరుణించే వారు. సర్వప్రాణులందు ఆత్మనే దర్శించినారు. వారి హృదయంలో కోపతాపాలకు, బేధ భావానికి స్థానమే లేదు. జాతి, మత, కుల, లింగ, భాషా భేదం లేక ఆశ్రితులైన శిష్య సాధకులను చూచేవారు. ఈవిధంగా శ్రీగురువులు యోగులలో ఉత్తములుగా కర్మతత్పరులలో అగ్రేసరులుగా, పండితులలో శ్రేష్ఠులుగా, జ్ఞానులలో జ్ఞానసత్తముడిగా ఖ్యాతి గాంచిరి. వారు త్రిమూర్త్యాత్మకులు. బ్రహ్మజ్ఞాన సంపన్ను లనెడి సద్భావనచే సేవించు భక్తులు బ్రహ్మీభూతులు కాగలరనుటలో సందేహములేదు.

శ్రీ గురుదేవుల ప్రవచనములనువిని అనుభవమును తెచ్చుకొన్న శిష్యులు ఎక్కువ మందున్నారు. వారిలో ముఖ్యులు అల్వారు రామా శాస్త్రి, జయంతి కామేశ్వరరావు, శీనంభట్లు, గ్రంధరచయిత పాణ్యాం లక్ష్మీ నరసింహ శాస్త్రిమొ॥ గురువుల రచనలు భక్తి జ్ఞాన వైరాగ్యబోధకములు. అమూల్యములు. అముద్రితములు. వాటిలో అధ్యాత్మవిద్యా ప్రణాళిక యొక్కటి ప్రస్తుతం ముద్రణకు నోచుకొన్నది.

ఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల *(College of Self - Science)* స్థాపన

ఈ ఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల 1950 సం. నవంబరులో పరమ కృపా స్వరూపులగు శ్రీగురువులు, బ్రహ్మశ్రీ సాధుశ్రీనివాస శాస్త్రి గారిచే స్థాపించబడి నిర్వహింపబడెను. ఇది ఏ విశ్వవిద్యాలయమునకు అనుబంధ కళాశాలగా చేర్చబడక తనకృషిని నిర్వహించెను. భారతదేశంలో వేదాంత

సంస్థలు, మతసంస్థలు, యోగాశ్రమములు ఎన్ని ఉన్ననూ, కేవలము విద్యా ప్రత్యేకముతో నిర్మింపబడిన ఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల ఇది యొక్కటేనని చెప్పవచ్చు. మొదట నల్గురు విద్యార్థులతో ప్రారంభించిననూ, ఈ సంస్థ క్రమముగా వికాసము పొంది, ఉత్తీర్ణులైన పెక్కుమంది విద్యార్థులను దేశమునకు సమర్పించుకొన్నది.

ఈ కళాశాలలో ఆత్మ విజ్ఞానమే ప్రధానమై బోధింపబడెను. అదికూడా ఆధునిక వాతావరణమునకు తగినట్లు సైన్సు- విజ్ఞానముగా బోధింపబడుట వల్ల, సహృదయులు ముందడుగు వేసి, ఆత్మ విజ్ఞాన తత్త్వము గ్రహించుటకు అవకాశమేర్పడెను. ఇచ్చట ఆంధ్రమే బోధనా భాషగానుండెను. విద్యార్థుల సౌకర్యార్థము కన్నడభాషలో కూడా అప్పుడప్పుడు విషయములు బోధింప బడెను. ఆత్మవిజ్ఞానార్థులు ఎవ్వరైననూ ఏజాతి, మత, కుల, వృత్తులతో సంబంధం లేక ప్రవేశపరీక్ష (Entrance test)లో ఉత్తీర్ణులైనంతనే చేర్చుకొను చుండిరి.

ఇచ్చట ఆత్మవిజ్ఞానము కేవలము ఉపన్యాసముల ద్వారానే కాక, అభ్యాస క్రమముతో తరగతి వారిగా (Class by class system) బోధన చేయ బడెను. ఈకళాశాలలో ఆత్మవిజ్ఞానసాధన ఒక పరిశోధన దిశగా సాగెను. ఆత్మ విజ్ఞానము సమాహితపద్ధతి (Subjective Method) నాశ్రయించి బోధింపబడు చున్నది. విద్యార్థుల కిందు మొదటి నుండి మనశ్శిక్షణ (Mental Training) మీద ఆధారపడి ఆత్మవిజ్ఞాన ప్రచారము జరుగుటవల్ల, క్రమశిక్షణ (Discipline) కెంతో ప్రాధాన్యమేర్పడెను. క్రమశిక్షణారహితులతో ఆత్మవిజ్ఞానము కలుగదని నిష్కర్షగా చెప్పవచ్చు. అందువల్ల, ఆత్మ విజ్ఞానమును ఆధునిక విద్యావిధానములో ఒక ముఖ్య విషయముగా (Compulsory Subject)గా చేర్చినచో, అది విద్యార్థుల యౌన్నత్యమునకు తోడ్పడ గలదు. ఇందలి ఆత్మవిజ్ఞానప్రణాళిక, ఇటు సామాన్యవిద్యావిధానముద్వారా ఉన్నతపాఠశాల వరకు బోధించగల విధానముతోనున్నది. కళాశాల స్థాపకులు, నిర్వాహకులు, శ్రీగురువులు అయిన బ్రహ్మశ్రీ సాధు శ్రీనివాస శాస్త్రిగారు శ్రీవిద్యా నగర (హంపి) విరూపాక్షేశ్వర స్వామి ప్రియ శిష్యులును, అలుకూరు వాస్తవ్యులును బ్రహ్మ వేత్తలును అయిన శ్రీ అలుకూరి మల్లికార్జున

శాస్త్రిగారి ప్రియశిష్యులు. పోలికయే అవసరమైనచో మన ప్రాచీన ఋషులతో పోల్చదగిన మహావ్యక్తి ఈయన. చిన్నతనమున ఆత్మవిజ్ఞానము నభ్యసించి, ఉత్తీర్ణులైన ఆత్మవేత్తలుగా ప్రఖ్యాతి గాంచి, ఆత్మవిజ్ఞానమును మథించి తెచ్చుకొన్న అమృత రసము, ఆత్మానుభవమును అందరికీ పంచిపెట్టు ఔదార్యముతో హైదరాబాదుకు వచ్చి ఈకళాశాల స్థాపించిరి. వారి వేద, శాస్త్రపురాణాది విదయ్ల యందలి గాఢ కృషి, ఆత్మవిజ్ఞాన వ్యాప్తి ద్వారా దేశోద్ధారము గావింపవలెననే ఉత్సాహమే, ఈ ఆత్మవిజ్ఞానకళాశాలా స్వరూపమునకునాంది.

ఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల పక్షమున వెలువడిన మాసపత్రిక – మేధావి

ఆత్మవిజ్ఞానవము వ్యాపకవముగా విద్యాసంస్థలలో ప్రవేశపెట్టించి మనబిడ్డలను విద్యార్థులను రక్షించుకొని మేధావులుగా చేయుటకు, మహాశయులను హెచ్చరించి, వారి సానుభూతి, సహకారములను సేకరించు కొనుటకై మేధావి పత్రిక ఆవిర్భవించినది. ఆంధ్రప్రజలలో మేధావిత్వమును గూర్చి ఆధునిక వ్యవహారపద్ధతులకు ఏవిధమైన ఇబ్బంది వాటిల్లకుండా ప్రబోధరూపమైన ప్రచారమునకై **మేధావి** అవతరించినది.

ఈ పత్రిక చేయ సంకల్పించిన దేశసేవ సామాన్యమైనది కాదు. అసలు శరీర వ్యవహారమునకు పంబంధఇంచిన **నేను** అను భావరూపమైన వస్తువే **ఆత్మ.** అట్టి ఆత్మ యే స్వరూపముగా కల్గినవాడు మానవుడు. అయినను అది యంతము మరచిపోయి, ఆత్మశబ్దము వింత, వెర్రి వేదాంతముగా భావించుకొని, అది తనకవపరం లేదని, అహంకృతులైన సమయంలో, ఈపత్రిక ఉదయించి అన్ని వ్యవహారములలో నేను, నేను అని భావించిన నీవు ఫలానావాడవు! నీ స్వరూపము ఇది! జిజ్ఞాసువైన నీవు ముందు అది తెలుసుకో! నిన్ను నీవెఱుగకుండా ఎంత నేర్చిననూ వ్యర్థము అని నిరూపించి చెప్పుటలో మేధావిత్వముమ మొదటసాధనముగా చూపి ఆత్మవిజ్ఞాన లాభమును కల్గించి, తద్వారా మానవుని బాహ్య వ్యవహారమును నిర్దుష్టముగా, నిత్యానంద మయముగా జేసి పోషించుకొనుటకు తగిన ప్రణాళికలు, మార్గములు చూపించి, అతని కృతకృత్యుని చేయుటయే తన ముఖ్య కర్తవ్యములుగా తలంచినది.

శ్రీగురువుల సంక్షిప్త రచనలు:- 1. శత్రువిజయము 2. శివరాత్రి 3. రెండే మార్గములు 4. మతము, దాని తత్వము 5. శ్రీగురువులు 6. మాగురువులు 7. ప్రవృత్తి- నివృత్తులు. 8. మహిళాభ్యుదయము (సావిత్రి), 9. మతసామరస్యము, 10. ప్రాచీన విద్యాప్రణాళిక, 11. షట్చక్ర నిరూపణము. 12. గురుసేవా పద్ధతి. 13. విరాడుపాసనా(*గురువుల యోగ విద్యలన్నీ ఈ గ్రంథంలో ప్రకటించబడుతున్నాయి*)

అఖిల భారత విద్యామహాసభ: (All India Educational Conferance)

హైదరాబాదు చరిత్రలో మొట్టమొదటుగా అఖిల భారత విద్యా మహాసభ, ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయంలో (డిశంబరు 28-31-1950) జరిగినది. ఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల గూడ భారత విద్యాసంస్థల సమాఖ్య (**All India Federation of Educational Institutions**) లో చేరి దాని శాఖలలో ఆత్మవిజ్ఞాన - సంస్కృతి అనే ఒక శాఖను (**Self Science & Culture**) కల్పింపజేసి, తద్వారా ఆసంస్థ యందలి విద్యా భావుకుల సహకారముతో, ఆత్మవిజ్ఞాన సంస్కృతులను- మనశ్శిక్షణ (**Mental Training**) పద్ధతిమీద ఒక సబ్జెక్టు గా చేసి నాటి విద్యా ప్రణాళికలో చేర్చి విద్యాపునర్నిర్మాణమును కావించవలెనని ఆకర్షించెను. కాని ఈ ప్రయత్నము కార్యరూపము దాల్చలేదు.

శ్రీగురువులను గూర్చి కొన్నిమాటలు :- శ్రీగురువులు సంస్కృతమున అఖండ పాండిత్యమును సంపాదించినవారై, వేద, ఉపనిషత్, శాస్త్ర, పురాణాది విద్యలందు విశేష కృషి సల్పియున్నారు. వారు **భగవద్గీత** నొక పారాయణ గ్రంథముగా కాకయోగశాస్త్ర గ్రంథముగా అభ్యసించి అనుభవము పొందిరి. ఈయోగశాస్త్రము యొక్క ఆదర్శము ఆత్మ-సాక్షాత్కారము కొఱకే అయినా, నిత్య జీవితంలో యోగవిద్యల యొక్క అనుభవము ఎట్లు ఉపయోగించునదీ, ఉపయోగపడునదీ అవి ఏవిధములై ఫలితములు పాధించినదీ తన శిష్యులచేత సాధన చేయించి నిరూపింపజేసిరి. వారి శిష్యులచేత సాధన చేయించి నిరూపింపజేసిరి. వారిశిష్యులలో కొంతమంది అద్భుతములు చేసి చూపినారు.

శ్రీగురువుల యోగవిద్యలు ముఖ్యముగా పతంజలి యోగసూత్రము లు, ఉపనిషత్తుల ఆధారముగా బోధింపబడినవి. ఇవి శిష్యులచే అభ్యాసము చేయబడి అనుభవము పొందబడినవి. శ్రీగురువులు తన పరమ గురువులైన

బ్రహ్మశ్రీ అల్లూరి మల్లికార్జునశాస్త్రి గారి నుండి యోగాభ్యాస శిక్షణను పొందియున్నారు. వీరు హంపి విరూపాక్షస్వామి అనుగ్రహమును స్వయముగా పొంది యుండిరి. శ్రీగురువులు విద్యలను అభ్యాసయోగ ప్రణాళిక ద్వారా అభ్యాసకులకు సులభమగునట్లు, ప్రత్యేకమైన పద్ధతులద్వారా శిష్యులకు ఉపదేశించిరి. అది ప్రస్తుత మన విద్యాప్రణాళికవలె క్రింది స్థాయి నుండి పైస్థాయివరకు తరగతి వారీగా బోధింపబడెను. వారు విశాలహృదయముతో కుల, మత, లింగ విచక్షణ లేక అందరినీ తన శిష్యులుగా చేర్చుకొని అభ్యాసక్రమముతో విద్యలనుపదేశించి ఉద్ధరించిరి. సాధక శిష్యులను సుమారు 100(నూరు) సంఖ్యకుపైగా తమ కృపామృతధారచే అధ్యాత్మ విద్యనుపదేశించి, యోగ విద్యాదర్శనములను అనుభవపూర్వకముగా ప్రసాదించిరి. ఆయోగదర్శనానుభవము ఇప్పటికీ కొంతమంది శిష్యులు పొందుచూ, వారి ఆధ్యాత్మజ్యోతిని వెలయించుకొనుచున్నారు. వారు భక్తజన కల్పతరువులు. జిజ్ఞాసులగు సాధకులు ఇప్పటికీ వారి సన్నిధిలో అభ్యాసము జరుపుకొనుచున్నారు.

మతము–దాని తత్వమును గూర్చి గురువుల అభిప్రాయము

మతమనగా ఏమి? లోకమున వైదిక మతమని, శైవమతమని, వైష్ణవ మత మని, క్రైస్తవమతమని, మహమ్మదీయమని ఇట్లు వేరువేరుగ అభిరుచిని బట్టి పలువిధములుగ మతముల నేర్పరచుకొన్నారు. ప్రతి వారు నా మతమే ఉత్కృష్టము, ఉన్నతము, శ్రేష్టము, భగవంతుని చేరు మార్గమని విభేదించుచున్నారు. ఆకాశమునుండి పడిననీరు నదులుగామారి, కొన్ని చక్కనిత్రోవలో, కొన్ని వంకరటింకరగా ప్రవహించినా, ఆప్రవాహములన్నిటికీ మహాసముద్రము ఎట్లు పరమ గమ్యమో, అట్లు మానవాళికంతకూ నిత్యానంద పరబ్రహ్మమే పరమ గమ్యముగా ఉంది.

నిత్యవ్యవహారంలోని ఆచారములు, పూజలు, ప్రార్థనలు మొదలైన క్రియాకలాపములే **మతము** కాదని సర్వజన సమ్మతమే మతమని శ్రుతి, స్మృతి, ఆగమ, దర్శనాదికములచే చెప్పబడినది. జన సమూహముచే అంగీక రించ బడినది. దీనినే మతము అని చెప్పుటన్యాయము. ఇది ఎట్లననగా , ఈ వివేచనను గ్రహించి తెలుసుకొన గోరు వారికి శ్రీగురువుల అభ్యాసయోగ ప్రణాళిక తక్షణమే అభ్యసింపదగినది. నిత్య సుఖ రూప పరమ గమ్యమునకు గమకము

(సాధనములు) అనేకములు ఉండవచ్చు. ఆగమకములగు సాధనము లందు కూడా పరస్పరము గమ్యగమక భావము ఉండవచ్చు. లౌకిక పర్యాయంలో, విద్యాశాఖలో ఉన్నత గమ్యం పి. హెచ్. డి. అను కుంటే ఈ స్థాయి గమ్యానికి గమకములు 1వ తరగతి నుండి మొదలై చివరి గమ్యం వరకు ఉంటాయి. గమ్యాన్ని చేరడంలో వచ్చే క్లాసులన్నీ గమకాలే అయినా, ఒకటవ క్లాసుకు రెండవ క్లాసు గమ్యము మూడవ క్లాసు గమ్యము, రెండవ క్లాసు గమకము. ఇట్లు పరస్పర గమ్యగమక భావముఎట్లు మారుచున్నవో, అట్లే పరమ గమ్యమై సర్వసమ్మతమై ఉన్న నిత్యానంద కేంద్రమునకు, శ్రుతి, స్మృతి ఆగమాదులలో చెప్పబడిన భిన్నభిన్న మార్గములు గమకములై, పరస్పరము గమ్య గమక భావము పొందుచూ, చిన్న నదులూ, పెద్ద నదులూ ఎట్లు పరమ గమ్యమైన సముద్రమున కలియుచున్నవో, అవి అన్నీ మార్గ భేదాలైనా, పరతత్త్వాన్ని చేరుస్తాయని శ్రీగురువులు నొక్కిచెప్పుచున్నారు.

ఇట్లు అభ్యాసములో ముందు తరగతులు (క్లాసు) వెనుకటి తరగతులలో గమ్యములని, ఏక్లాసుకు (తరగతి) తగిన అధికారి (అభ్యాసి) కి ఆక్లాసే పరమశ్రేష్టమని తమ శిష్యులకు, పైతరగతులకు చేరు యోగ్యతను కలుగ జేయుటకు, దయామయులగు వ్యాసపరాశరాది గురువులు పైవిధముగ అధికారి తారతమ్యతపాటించడం సంప్రదాయమే కాని, మతభేదమును గూర్చి కాదని శ్రీగురువులు రమ్యముగా మతతత్త్వమును వివరించిరి.



శ్రీ గురుః జ్ఞాన భాస్కరః

అధ్యాత్మదర్శన

అభ్యాస యోగము

మొదటి ప్రకరణం – ఏకాగ్రత

1.1 శాంతి సుఖములు

శాంతి సుఖాలను ఏ విధంగా పొందగలం ?

శ్లో॥ నాస్తి బుద్ధిరయుక్తస్య నచాయుక్తస్యభావనా।
నచాభావయుతశ్శాంతి రశాంతస్య కుతస్సుఖమ్॥
(గీత–సాంఖ్యయోగం–శ్లో 66)

శ్రీకృష్ణ భగవానుడు అర్జునునికి శాంతి సుఖాలను పొందే మార్గాన్ని ఉపదేశిస్తూ పల్కిన మాటలివి. "అయుక్తునికి బుద్ధి నిలువదు. భావనాశక్తి కలుగదు. భావనాశక్తి లేనివానికి శాంతిలేదు. శాంతిలేనివానికి సుఖమెక్కడుంది"?. దీనిని ఇంకా వివరించుకుంటేగాని సంపూర్ణముగా అర్థం కాదు. **అయుక్తుడంటే** ఏకాగ్రత పొందనివాడు. సమాహితమైన అంతఃకరణము లేనివాడు. **భావనాశక్తి** అంటే ఆత్మజ్ఞానాభినివేశము.

పైవిషయాన్ని పారమార్థిక దృష్టితోనే కాకుండా లౌకిక దృష్టితో కూడ సమన్వయింప వచ్చు.

ఆధునిక మానవుడు భౌతిక విషయాలనెన్ని సాధించినప్పటికినీ, శాంతి లేక వ్యధనొందుతున్నాడు. భయదుఃఖ సాగరంలోబడి దరిచేరలేక కొట్టుకులాడు తున్నాడు. అనుక్షణం వ్యగ్రతతో, కష్టపరంపరలతో సతమతమౌతున్నాడు. అనాథల నుండి దేశాధినేతల వరకు, ఎవరి స్థాయిలో వారు, వారి వారికి తగినట్లు శారీరకంగా, మానసికంగా బాధలనుభవిస్తూనే ఉన్నారు. పైన పేర్కొన్న భగవానుని ప్రబోధంలో అయుక్తుడు (అంటే యోగి కాని వాడు) ఏకాగ్రతాభ్యాసం చేయకుండా శాంతి సుఖాలను పొందలేడని తెలుపబడింది. కాబట్టి మానవుడు శాంతిసుఖాలను పొందడానికి ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాసయోగము తప్పని సరి అని తేల్చుకోవచ్చు.

బహువ్యాకుల చిత్తము గల వారికిఏకాగ్రతారూప యోగమే శరణ్యాం!

లౌకిక వ్యవహారాలలో నిమగ్నులై జీవితాలను గడిపేవారు ఎన్నోరకాలుగా వ్యాకులం చెందిన మనస్సు కల్గి ఉంటారు. అటువంటి వారికి భక్తి మొదలైన పద్ధతులు, సాధనలు ఎక్కువగా ఉపయోగపడవు. ప్రత్యక్ష ప్రపంచంలో నున్న భౌతిక వస్తువుల సంపాదన, వాటి కోసం తహ తహలాడడం, స్వార్థపరత్వం, ఈ ధ్యేయాన్ని సాధించడానికై దుర్మార్గ దౌర్జన్య పద్ధతులను పాటించడం, భౌతిక సంపద కోసం జాతులు ఒక దానితో ఒకటి విరోధించి, ఆక్రమించడం, దీని కోసం కావలసినంత అహంకారం, ప్రయత్న శీలత, జీవితంలో బహువ్యాకుల వ్యాసంగములతో పరుగు పందెములు, ఇదే నేటి మానవుని జీవితంగా కనిపిస్తుంది.

ఈ స్థితిలో కూడా సుఖశాంతులు కావాలనుకుంటూ, అంతరాంత రాలల్లో నున్న, ఒకప్రగాఢ భావాన్ని, గమనించినవారు కొందరు, గమనించని వారు కొందరు, గమనించీ గమనించని వారు కొందరుగా ఈమానవ జాతిని విభజించవచ్చు. మరికొందరు గమనించి కూడా దాన్ని పొందగల్గడం అసాధ్యమనుకుంటారు. దాన్నిఎక్కడి నుంచో తెచ్చుకోవాలనుకుంటారు. సుఖశాంతులు తనదగ్గరనే ఉన్నాయని తెలుసుకోరు. మనస్సు, ఇంద్రియాల ఉబలాటాన్ని తగ్గించి, వాటిని స్థిమితపరచడం ద్వారా శాంతి సుఖాలను పొందగలమని గుర్తించరు. దీనికొక చక్కని దృష్టాంతాన్ని పేర్కొ వచ్చు!

హిమాలయ పర్వతారణ్యాలలో కస్తూరి మృగాలు ఉంటాయి. పరిమళ ద్రవ్యాలకు రాజైన కస్తూరి ఆమృగాల బొడ్డులో ఉంటుంది. ఆకస్తూరి సువాసనలు గుప్పు గుప్పున ఎంతో దూరం వ్యాపిస్తూ వుంటాయి. ఆవాసనలను ఆఘ్రాణించి అనుభవించాలని, అని ఎక్కడో ఉన్నాయనే భ్రమతో ఆమృగం మహావేగంతో పరిగెత్తుతూ ఉంటుంది. అది పరిగెత్తే కొద్దీ ఆ పరిమళం ఇంకా ఇంకా దూరానికి వ్యాపిస్తూనే ఉంటుంది. పాపం! ఆపరిమళానికి మూలం తన వద్దే ఉందనే జ్ఞానం లేని ఆమృగం పరుగెత్తి పరుగెత్తి, మిక్కిలి శ్రమ పొంది, చివరకు ప్రాణాలు పోగొట్టుకుంటుంది. మానవుడు కూడా ఆ కస్తూరి మృగం వంటి వాడే.!

శాంతి సుఖాలు ఎక్కడో ఉన్నాయనుకొని, వాటి కోసం గంగవెర్రులెత్తి మహా వేగంతో బాహ్యప్రపంచంలో పరుగెత్తుతున్నాడు. శాంతి సుఖాలు ఎక్కడి నుండి, ఎట్లాపొంద వచ్చుననే దాన్ని గురించి అస్సలు ఆలోచించడం లేదు. వానిఆలోచనలన్నీ భోగ,ఐశ్వర్య, అధికారాలను చుట్టిముట్టి ఉంటాయి. వాటిని

పొందడానికి ప్రచండ వేగంతో, అమిత లంపటతో కొట్టుమిట్టాడు తున్నాడు. పరుగుపెడుతున్నాడు. సుఖాన్ని కోరుతూ, అంతులేని దుఃఖాన్ని తెచ్చు కొంటున్నాడు. శాంతి వాంఛిస్తూ, మేరలేని అశాంతి పొందుతున్నాడు. అది పొందుతున్నానని కూడా తెలుసుకోలేక పోతున్నాడు. కొంచెం స్థిమితంగా నిలిచి, ఆలోచించి చూస్తే, ఈవిషయం తెలుసుకోవడమేమీ కష్టం కాదు. శాంతి సౌఖ్యాలను పొందేందుకు సరియైన విధానాన్నెరుగజాలకున్నాడు. వ్యామోహం కల్గించే వాటినే సుఖదాయకములను కుంటున్నాడు. ఇది ఎంత ఆశ్చర్యకరం! ఎంత విచారకరం!

నీకు సుఖశాంతులు కావాలా! మనస్సు, ఇంద్రియాల ఉబలాటాన్ని తగ్గించుకో!

ఇదే దీని రహస్యం! కీలకం! మనస్సు, ఇంద్రియాల ఉబలాటం తగ్గించటానికున్నట్టి ఒకే ఒక మార్గం ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాస యోగమే!

1.2 పంథాత్రయం (భక్తి,-కర్మ-జ్ఞాన మార్గాలు)

ప్రపంచములోని ఏమతంలోనైనా, ఏదేశంలోనైనా ఏ కాలంలోనైనా సుఖశాంతులు పొందడానికి ప్రవచించబడిన మార్గాలు మూడే. ఎన్నెన్ని పేర్లతో వ్యవహరించినా అన్నీ ఈ మూడు పంథాల లో ఏదో ఒక దానికి చెంది తీరవలసిందే. అవి 1) భక్తి మార్గము 2) కర్మ మార్గము 3) జ్ఞాన మార్గం. కాని ప్రస్తుత పరిస్థితులకు ఈ మూడు మార్గాలలో ఏదీ కూడా మానవునికి శాంతి సుఖాల నివ్వలేదేమో నన్పిస్తుంది. ఎందుకంటే అమిత లాలస, భోగ కాంక్ష, స్వార్థ పరత్వం వంటి ఇంద్రియ వైకల్య స్థితిని నియంత్రించడానికి కేవలం భక్తిలేక కర్మ లేక జ్ఞాన మార్గాలు చాలవు. ఎందుకు చాలవు? అనే దాన్ని విమర్శించేందుకు ముందుగా స్థూలంగా భక్తి, కర్మ, జ్ఞాన మార్గాలను గురించి తెలుసుకోవడం అవసరం. అవిఏమిటో తెల్సుకున్నప్పుడు గాని వాటి వల్ల ఎంత ప్రయోజనం పొందగలమో తెల్సుకోగలం!

1. భక్తి పంథా :-

నేటి కాలంలో భగవద్భక్తిని నిష్కామ బుద్ధితో కల్గియున్నవారు లేరు. కొంతమందికి భగవంతుడున్నాడో, లేడో అని సందేహం! లేనేలేడని మరికొందరి నిశ్చయం! ఉంటే ఉండనీ! అతనిని గురించి తెల్సు కోవాలనీ మనం కాలం

ఎందుకు వ్యర్థంచేసుకోవాలని కొందరి వాదం! ఈవిధమైన పరిపరి ఆలోచన లతో మానవులంతా సతమతమవుతున్నారు.

ఒకవేళ దైవభక్తి ఉన్నప్పటికీ, అదికేవలం లౌకికమైనదృష్టితో మాత్రమే! అంటే ఓదేవుడా! నాకీ కష్టం పోగొట్టు! ఈఆపద తీర్చు! నీకు ఆ మొక్కు బడి చెల్లిస్తాను. ఈ సేవలు చేయిస్తాను! ఇంత డబ్బు ఖర్చు చేస్తాను! అని ప్రార్థించడం వరకే! ఇది కేవలం వ్యాపారదృష్టి. అంతే కాని భక్తి కాదు. శాంతి సుఖాలను ప్రసాదించమని కోరేవారెవరో ఒకరు. అవి ఎలా లభిస్తాయని మాత్రం ఎవరూ ఆలోచించరు. భక్తి పంథాలో వీరు సుఖశాంతులు పొందడం అసాధ్యం అని దీని వల్లతేలుతూంది గదా!

2. కర్మ పంథా

కర్మ యోగంతో సుఖశాంతులు పొందే మార్గం ఇంకా ఇబ్బంది కల్గించేదిగా ఉంది. కర్మలు- అంటే వైదిక పూజా యాగముల వంటివి మరియు లౌకిక కర్మలన్నీ- అన్ని పనులు-ఈశ్వరుని ప్రీతి కోసమే చేయమనీ, అన్ని కర్మలూ ఈశ్వరునికే అర్పించమనీ, కర్మలు చేస్తూ వాటివల్లవచ్చే ఫలితాన్నిత్యాగం చేయాలని కర్మయోగం(కర్మ పంథా)బోధిస్తుంది. కోరిక అంటే ఫలం పొందాలనే కాంక్ష లేకుండా కర్మలను ఆచరించమని బోధిస్తుంది. ఈ మాట వినడానికే మనకు చాలా కంటకంగా ఉంటుంది.. అబ్బ! మాపనులు మా కోసం కాకుండా మరొకరి కొరకు చేయడమా! అదెట్లా! మాపనులన్నీ మేమే చేస్తూ భగవంతునికి అర్పించడం ఎట్లా? ఎందుకు? ఏకోరికా లేకుండాకర్మనా చరించడమా? కోరిక లేనిదే పని చేయనేలేమే? కష్టపడి పనులు చేస్తూ, వాటి వల్ల వచ్చే ఫలాన్ని విడిచి పెట్టడమా? అది కానేకాదు! అని కొంత మంది బెబ్బరిస్తారు. అదంతా శక్యంకాదులే! అని కొందరు, ఇవన్నీ చెప్పడం వరకే కాని చేయడం అసాధ్యమని మరికొందరూ, భావిస్తున్నారు. ఇట్లా చాలా మందికి కర్మ పంథాతో సుఖశాంతులను పొందడం శక్యం కాదని తేల్చుకోవచ్చు!

3. జ్ఞాన పంథా (విచార మార్గము)

అన్ని జన్మలలో మానవ జన్మ సర్వోత్కృష్టమైనది. మరి దీని ప్రయోజనమేమి? పరమార్థమేమి? దీన్ని సాధించడానికి మనమేం చేయాలి? అనే విచారం (ఆలోచించడం) అనేది చాలా దుర్లభమైన విషయం.ఎందుకో? ఏమో? బతుకుతున్నాం! ఛస్తున్నాం! ఇంతేనా దీనిప్రయోజనం? బ్రతికిన్నాళ్లు

రకరకాల లంపటలతో, వ్యామోహాలతో, భోగ కాంక్షతో, దానికి కావలసిన అధిక ధన సంపాదన కోసం వెంపర్లాడుతూనే ఉన్నాం కాని మానవ జీవిత పరమార్థాన్ని గురించి ఆలోచించే అవకాశం ఎక్కడుంది? అంత స్థిమిత మెక్కడుంది? ఎప్పుడు ఉరుకులూ పరుగులూ! జీవితం అంతా ఇట్లే గడచి పోవాల్సిందేనా? అనే ఆలోచించే వారెంత మంది?

కొందరు ఈ వేదాంతమంతా మనకెందుకు? ఏదో దీపముండగానే ఇల్లు చక్కబెట్టుకోవాలన్నట్లు, సాధ్యమైనంత ఎక్కువ ధనం సంపాదించడమే ధ్యేయంగా కష్టపడుతుంటారు. ఇట్లాంటి పరిస్థితులలో ఈ విచార మార్గములో ముక్కు చూపడానికి కూడా నోచుకోవడం లేదు. ఔరా! విచార మార్గమే వైరాగ్య మూలమై ఉంది. వీరి మార్గమా? సౌరాగ్య మూలం. అది తూర్పు! ఇది పడమర! ఏ విధంగా పొసగుతుంది. ఆ మార్గం చేరడం వీరికి బొత్తిగా సాధ్యం కాదు. అందు వల్ల సుఖశాంతులు లభించవు.

పైన వివరించిన ప్రకారం అసలు రహస్యం మనస్సు ఇంద్రియాల చాంచల్యం తగ్గినప్పుడే సుఖశాంతులు పొందగల్గుతారు. ఆస్థితి కల్గించడానికే భక్తి, కర్మ, జ్ఞాన మార్గాలు ఉన్నాయని తెలుసు కోలేకపోతున్నాము. ఏకాగ్రత కల్గేందుకే పై మార్గాలు ఉపాయాలని, సాధనాలని తెల్సుకోవలసిఉంది.

ఏకాగ్రత పొందడానికే భక్తి, కర్మ, జ్ఞాన మార్గాలున్నాయని సారాంశం. ఏకాగ్రత పొందడానికి అవి సాధనాలేకాని, పొందవలసిన స్థితి ఏకాగ్రతే. ఆ ఏకాగ్రత పొందినప్పుడే సుఖశాంతులు లభిస్తాయి. ఈ ఏకాగ్రత పైన వివరించిన మార్గాల ద్వారా కాకుండా, నేరుగా ఇంద్రియాలకు, మనస్సుకు, అభ్యాసపూర్వకమైన శిక్షణనిచ్చి క్రమంగా వాటి ఉబలాటాన్ని, చాంచల్యాన్ని, తగ్గించే విధానమే " ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాస యోగము".

ఇంక అసలు సంగతికి వస్తాం! మనస్సు ఇంద్రియాల ఉబలాటం చంచలత తగ్గితే కాని అంతో ఇంతో సుఖశాంతులు దొరకవు. పైన తెల్పిన భక్తి–కర్మ–జ్ఞాన మార్గాలు మనకు మింగుడు పడడంలేదు. సుఖశాంతులేమో కావాల. ఇప్పుడుగతి ఏమి? ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో ఉన్నవారికి ఇదేగతి అని శ్రీ విద్యారణ్యుల వారిట్లు సెలవిస్తున్నారు.

బహువ్యాకుల చిత్తానాం విచారాత త్త్వధీర్నహి
యోగోముఖ్యస్తతస్తేషాం ధీదర్పస్తేన శామ్యతి!! – వేదాంతపంచదశి

అనేక విధాలుగా వ్యాకులం చెందిన మనస్సు కలవారికి తత్త్వవిచారాన్ని చేసేందుకు తగిన స్థిమిత బుద్ధి ఉండదు. కావున అట్టివారికి యోగమే (ఏకాగ్రతారూప- అభ్యాసయోగమే) ముఖ్యమైన ఉపాయం (సాధనం). దానివల్ల వారిబుద్ధికున్న (చంచలత) మిడిసిపాటు తగ్గుతుంది.

కాబట్టి ఎన్నివిధాలుగా ఆలోచించినప్పటికి మనలో భక్తి-కర్మ-జ్ఞాన మార్గాలు వంట బట్టక, క్రమాభివృద్ధిని పొందలేని వారికి, చాలా మందికి ఏకాగ్రతా రూప- అభ్యాస యోగమే శరణ్యం. వేరే మార్గం లేదని తెల్సుకొని, క్రమ విధానాన్ననుసరించి ఏకాగ్రతాభ్యాసం చేసి శాంతి సుఖాలను, అభ్యుదయాన్ని పొందమని కోరుతున్నాం!

ఏ కా గ్ర త

అధ్యాయం - 2

2.1 అణుశక్తి - అభ్యాసయోగము

కొందరు (యోగులు) ఆంతర ప్రకృతి నిరోధము వలన సమస్తమును నిగ్రహింపవచ్చునందురు. మరికొందరు(భౌతికవాదులు) బాహ్యప్రకృతి నిరోధము వలన సర్వము చేజిక్కునందురు. ప్రకృతి యందు బాహ్యము, అభ్యంతరము అను విభజన లేకుండుటచే, పర్యవసానమందు ఈ రెండు వాదములు న్యాయసమ్మతములే! బాహ్యాంతర ములనునవి కేవలము కల్పితమైన పరిమితులు. బాహ్యాంతర వాదులిరువురును తమతమ విజ్ఞాన అవధులను చేరునప్పుడు ఒకచోటనే కలియుట విధి విహితము. పదార్థ విజ్ఞాన శాస్త్రజ్ఞుడు తన విజ్ఞానపరమావధిని సమీపించినంతనే, విజ్ఞానము, తత్త్వశాస్త్రమందు లయించిపోవుచున్నట్లు కనుగొనును. ఇట్లే వస్తువుఒకటియే గావున తత్త్వశాస్త్రజ్ఞుడు తాను మనఃప్రకృతులని చెప్పునట్టి తత్త్వములు కేవలం బాహ్యాభేదములేయనియు, సద్వస్తువు ఒకటే యనియు గ్రహించును. ఆంతర ప్రపంచము నుండి ఆరంభించి, ఆంతర ప్రకృతిని పరిశోధించి తన్మూలమున బాహ్యాంతర ప్రకృతినంతయు వశపరచుకొనుటయే రాజయోగ ఆశయము.

–వివేకానంద స్వామి *(రాజయోగ ఉపోద్ఘాతము)*

ఈ సర్వ జగత్తు అణుమయమని పూర్వ పరిశోధకులు (వైశేషికులు) ఆధునిక పరిశోధకులు సిద్ధాంతీకరించినారు. కొన్ని కోట్ల అణువుల సముదాయములే బాహ్యపదార్థాలన్నీ! అవి జడములు. అట్లే కొన్ని కోట్ల

అణువుల సముదాయములే శరీరములు (జీవులు) ఇవి చైతన్య వంతములు. సూర్య, చంద్ర గ్రహ నక్షత్రాదులు, కూడా అణుసముదాయములే!

మన శరీరం, మనస్సు (సూక్ష్మశరీరం) అణుసముదాయమే. ఈ అణు సిద్ధాంతం పైన తెలిసిన రెండు పద్ధతుల వారు కనుగొన్నప్పటికి, ఎంతో పూర్వం భారతీయ ఆధ్యాత్మతత్త్వవేత్తలు ఒక సమష్టి మనస్సే, అణుమయమని తెలిపినారు. ఈ మనస్సే ఈ దృశ్యజగత్తుని నిర్ధారణచేసినారు.

"మనస్సు జడంబు దృశ్యము అణు మాత్రము, అనన్నియతా
వితర్క్యముస్ జనన వినాశయుక్తమును సంశయరూపము"

"మనం బెస్థూల సూక్ష్మముల్ ప్రమాతృమానమేయముల్
మనంబె కామరాగ మత్సరాది వృతులున్
మనంబె సర్వధర్మముల్ మనంబెబంధ మోక్షముల్
మనంబె దృశ్యమంతయున్ క్రమంబుగా నెరింగినన్"

– శ్రీ సీతారామాంజనేయ సంవాదం (అమనస్కయోగం)

2.2 అణుశక్తి–భౌతిక శాస్త్రం

పరమాణువులు ఉష్ణోగ్రత స్థాయిని బట్టి ఒకదాని నొకటి ఢీకొనడం వలన వాటి మధ్య శక్తి మార్పిడి సంభవిస్తుంది. అందు వల్ల ఒక పరమాణువులోని ఎలక్ట్రానులు అల్ప శక్తి స్థాయి నుండి పై స్థాయిలోనికి ఉద్యమిస్తే శక్తి శోషణం (Absorption) జరుగుతుంది. పై స్థాయి నుండి నుండి క్రింది స్థాయికి దూకితే కాంతి స్వరూపం లో శక్తి ఉద్గారమవుతుంది. (Emission)

ఈ సందర్భంలో శక్తినిత్యత్వ సూత్రాన్ని అనుసంధించడం అవసరం. ఆ వివేచనతో ఇంకా స్పష్టంగా విషయం అర్థం చేసుకోగల్గుతాం.

శక్తి నిత్యత్వసూత్ర సముదాయం :-

Law of persistance of the force
Law of Indestructibility of Matter
Law of the Conservation of Energy

శక్తి అంతటా వ్యాపించి ఉంది. అది విద్యుచ్ఛక్తి, ఆకర్షణ శక్తి, చలనశక్తి, మొదలైన అనేక విధాలుగా ప్రకటించబడుతుంది. ఆ శక్తి, క్రియ–ప్రతిక్రియల వల్లనే (Action- Reaction) ప్రకటితమవు తున్నది.

అణువులోని శక్తి మరొక అణువుతో ఒకే క్రమంలో ఢీకొనడం వల్ల శక్తి తేజో రూపంగా ప్రకటితమవు తుందని తేలిన సారాంశము. ఇపుడు భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుల పద్ధతి, అభ్యాసయోగపద్ధతులను తులనాత్మకంగా పరిశీలిస్తే, రెండు పద్ధతులు ఒకటే అని తెలుసుకోగలం. అణు విభజన విధానము (ప్రక్రియ) రెండు పద్ధతులకు సమానమే. భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుడు యంత్ర సహాయంతో అణువిభజన చేస్తున్నాడు. (శక్తిని తేజోరూపంలో వెలువరిస్తున్నాడు.)

తేజస్సు = కాంతి, ఉష్ణ శక్తుల సమ్మేళనం.

అభ్యాసయోగి ఇదే అణువిభజనను మానసిక శక్తులతో చేస్తున్నాడు. ఈ యోగికి పరమాణువు మొదలుకొని పరమమహత్తత్వము వరకు వశమగునని యోగశాస్త్రము ఘోషిస్తుంది.

"పరమాణు పరమ మహత్త్వాంతోఽస్యవశీకారః"

–పతంజలియోగ సూత్రములు(సమాధిపాదం-4వ సూత్రం)

పైన జరిపిన వివేచన వల్ల మనస్సు అంటే అణువులే గదా! **"ఏకాగ్రతా శక్తితో ఒకఅణువును మరొక అణువుతో ఢీకొనేట్లుచేసి, విభజంచి, శక్తిని కాంతిరూపంలో వెలువరిస్తున్నాడు అభ్యాసయోగి"** అని తేలుతుంది.

ఇప్పుడొక ప్రశ్న, ఉదయిస్తుంది. అదే మంటే భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుడు తన అణుశక్తి విభజనతో కల్గిన శక్తిని ప్రత్యక్షంగా లోకానికి మంచికో చెడుకో, అను భవానికి తెస్తున్నాడు గదా! మరి అభ్యాసయోగి తనుమాత్రమే ఆ కాంతిని దర్శింప గల్గుతున్నాడు. లోకానికి అనుభవం లోనికి తేలేకున్నాడు కదా? అనుభవం లోనికి తెచ్చుకోగలిగినదేదైనా సైన్సే! శాస్త్రజ్ఞుడు బాహ్యప్రయోగ శాలను ఉపయోగిస్తే, యోగి అంతర్గత ప్రయోగశాలగా తన శరీరాన్నే ఉపయోగిస్తున్నాడు. అభ్యాసయోగి తన సాధన స్థితి ఒకసామాన్య స్థాయిలో ఉన్నప్పుడు తానొక్కడే శక్తి, కాంతుల దర్శన, అనుభవాలను పొందుతాడు. అభ్యాస యోగంలో పరమోత్కృష్ట స్థాయికి అభ్యాసయోగి చేరినప్పుడు లోకానికి ప్రత్యక్షంగా శక్తి కాంతులను దర్శనములు చేయించి, సృష్టి స్థితి లయాలను అనుభవింపజేయగలడు.

కోట్ల మందిలోఎవరో ఒకభౌతికశాస్త్రజ్ఞుడు అణువిభజన చేయ గల్గుతున్నాడు. అట్లే అభ్యాసయోగి కూడాఎవరొ ఒక్కరే లోకానికంతా ప్రత్యక్షం గాదర్శన, అనుభవాలను కల్గించ గలడు. అటువంటి మహామహులు ఈకాలంలో చాలా తక్కువ

2.3 పంచభూతాలు:(భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయువు, ఆకాశం)

వీటిని అభ్యాసయోగంలో సామాన్య స్థాయి నొందిన అభ్యాసకుడు దర్శింప గల్గుతాడు. వాటిని తన అనుభవంలో మాత్రం నియమించుకో గల్గు తాడు. లోకానికి ఆ అనుభవాన్ని కలిగించాలంటే, ఆ విధానంలోనే అభ్యాస యోగి ఉత్తమోత్తమ స్థాయికి చేరాల్సి ఉంటుంది. అప్పుడే అది సాధ్యం కాగలదు.

ఈ ప్రకృతి వశీకరణ శక్తిని పరమాద్భుతంగా జగదభ్యుదయానికి వినియోగించిన ఘట్టాలను మనం భారతీయ వాజ్మయంలో మహాయోగుల చరిత్రలో చూడ వచ్చు. అవి అన్ని శాస్త్రీయములే. విజ్ఞాన శాస్త్రరీత్యా నిరూపించ బడినవే. అణు విభజనగానే మనం గుర్తించాల్సి ఉంది. అట్లాకాకుండా అవన్ని కల్పిత కథలని భావించడం కేవలం అజ్ఞానమే. సైన్స్ కంటే వేరైనవి (అభ్యాసయోగం సైన్స్ కంటే వేరు కాదు)కల్పనలనీ, మూఢనమ్మకాలనీ, భావించి నిరసించడం ఈ కాలం నాగరికతగా చెలామణిలో ఉంది. ఇది చాలా బాధాకరమైనది. గర్హనీయమైనది. అంతే కాకుండా హేతువాద విరుద్ధం కూడా! సైన్స్ విధానంలో కూడా విజ్ఞాన మహత్త్వాన్ని సంకుచిత పరచడం మాత్రమే కాగలదు! అందుకే మనం ఈ విషయం చాలా జాగ్రత్తగా వివేచించుకోవడం ఎంతైనా అవసరం!

ఈ విధంగా అణువిభజనలో, జగత్తుకు అభ్యుదయం కల్గించే విషయంలో, భౌతికశాస్త్ర పద్ధతి, అభ్యాసయోగ పద్ధతి ఒకటే అని నిర్ధారించడములో సందేహంఏమీ లేదు. అంతే కాకుండా అభ్యాసయోగి తన అణువిభజన పద్ధతిలో మనశ్శాంతిని, ప్రసన్నతను పొందగలడు. భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుడు తన అణువిభజన పద్ధతిలో వీటిని పొందలేడు. కారణం విధాన మొకటే అయినప్పటికి ధ్యేయం వేరుగా ఉంది గదా! అభ్యాసయోగి ధ్యేయం మనశ్శాంతి మరియు జగదభ్యుదయం. భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుని ధ్యేయం కేవలం ఒకభౌతిక శక్తి ప్రకటనం. దానితో జగదభ్యుదయం కావచ్చులేదా జగద్వినాశనం కావచ్చు. పై వివేచన వల్ల మనము తెల్సుకున్న సారాంశం ఇదీ.

"అణుశక్తి విధానం మరియు అభ్యాసయోగవిధానం ఒకే పద్ధతిలో చేరినవనీ, తులనాత్మకంగా విమర్శచేసినాం. జగదభ్యుదయం సాధించడమే తన కర్తవ్యంగా భౌతిక శాస్త్రజ్ఞుడు తలచినచో, పరమోత్కృష్టస్థాయిలో నున్న యోగులను, యోగ శాస్త్ర వేత్త లను సంప్రదించి తన ప్రయత్నానికి తగిన

సలహాలు పొందినప్పుడు జగదభ్యుదయం కలిగించేందుకు ఇతోధికమైన ప్రోత్సాహం పొందగలడు."

2.4 అభయం :-

ప్రపంచంలోని ప్రాణికోటికంతా మరణభయాన్ని మించిన భయం లేదు. మరణమంటే ఏమి?. ఈదేహాన్ని వదలి పెట్టడమే. ఏదేహాన్ని కల్గి ఉన్నాడో ఆదేహాన్ని వదలరాదని ప్రతి ప్రాణి గాఢంగా వాంఛిస్తుంది. ఈ దేహాన్ని విడిచిపెట్టరాదని ప్రతి ప్రాణీ కోరుతుంది. ఈ కోరికకు విరుద్ధంగా ప్రతి ప్రాణీ దేహాన్ని విడిచిపెట్టిపోతూనేఉంది. "జాతస్య హి ధృవోమృత్యుః" కదా! బలవన్మరణం పొందదల్చినవారు, ఆత్మహత్యలకు పాల్పడతారు. ఈ దేహం కల్గిఉన్నప్పుడు పొందుతున్న కష్టాలను బాధలను పొగొట్టుకొని, వేరొకదేహంతో సుఖాలను పొందవచ్చుననే కోరికతోనే ఈ దేహాన్ని విడిచేందుకు యత్నిస్తారు. కాని ఈకోరిక వారికే తెలియనంత సూక్ష్మమైనది.

కాబట్టే ప్రతి ప్రాణి చావుకు భయపడినట్లు మరిదేనికి భయపడదు. ప్రతి ప్రాణి కోరుకునేది "నేనెప్పటికి చావకూడదు" అనేకదా! తప్పక ఛస్తామని తెలిసి కూడా చావకూడదను కోవడం ఎంత అజ్ఞానం!

చావు లేని స్థితి అంటే ఏమి? ఈ దేహమే నేను. నేను ఎప్పటికి ఉండాలను కోవడమే కదా! ఈ దేహాన్ని కన్నా వేరైన దేహాలు. (స్థూల సూక్ష్మ కారణదేహాలు) ఉన్నాయని శృతిస్మృతి పురాణాలు బహుధా వక్కాణిస్తున్నాయి. కొంత స్థిమితంతో విచారించినప్పుడు ఈ విషయం అర్థమవుతుంది. శరీరాల వలె ప్రపంచం కూడా స్థూల సూక్ష్మ కారణాలుగా ఉందని కూడా శృతిస్మృతి పురాణాలు వివరిస్తున్నాయి. మనం కూడా యోచించి అర్థం చేసుకోవచ్చు.

మన నిత్యానుభవంలో కన్పించే స్థూల జగత్ (వ్యావహారికంలో) ఈ దేహమే నేనని(తాను) నిశ్చయించుకొని, అదిపోకుండా ఉంటే చావులేని అభయుత్వస్థితి సిద్ధిస్తుందని సామాన్యంగా మనం అనుకుంటాం. ఇదే తెలియచెప్పరాని మాయలో ఒక భాగం.

"దేహినోస్మిన్ యథాదేహే కౌమారం యౌవనంజరా
తథా దేహాంతరప్రాప్తిః ధీరస్తత్ర నముహ్యాతి"

అని గీతలో భగవానుని ప్రబోధం! దేహం వేరు! దేహధారి వేరు! అవే

స్థితిలో ప్రారంభించాల్సిన విచారానికి ఇంకా పై అర్హత (అధికారం) కావాల్సిఉంది. అందరూ సామాన్యంగాదేహమే తాముగా గట్టిగా విశ్వయించు కుంటూ, ఇది పోతే చచ్చిపోతామే అనుకునే స్థితిలో "దేహం నీవు కాదు, నీవు దేహం ధరించినవానివి" అని పైప్రబోధం హెచ్చరిస్తూ ఉంది. ప్రస్తుతంలో ఏదైనా ఒక దేహం తానై, దాన్ని అంటి పెట్టుకొని ఉంటే భయంలేదు అనే స్థితి ప్రతిప్రాణికి ఇష్టంగా ఉంటుంది. అట్టి అభయాన్ని, పొందడానికే సూక్ష్మ ప్రపంచంలో సూక్ష్మశరీరం తనేనని తెలుసు కోవడం చాలని శ్రీ గురువులు సెలవిస్తున్నారు. ఇది పరమార్థ ప్రస్థానంలో ఒక స్థాయి(తరగతి)మాత్రమే! ఈ అభయాన్ని పొందేందుకు "అభయంవై జనకప్రాప్తోసి, ద్వితీయా ద్వైభయం భవతి" అనే పరమోత్కృష్టమైన అభయ, అద్వితీయ పరం బ్రహ్మాన్ని పొంద వలసిన స్థితి వరకూ పోవక్కర లేదు.

సారాంశము

మరణ భయాన్ని పోగొట్టుకోవడానికి ఏకాగ్రతతో అభ్యాసయోగం ద్వారా సాధనచేసి సూక్ష్మశరీరాన్ని స్పష్టంగా విడిగా దర్శించాలి. ఆ విధానాన్ని క్రమంగా అభ్యసించి, సాధనచేయడమే కర్తవ్యం. ఉత్సాహవంతులైన అభ్యాసకులు ప్రయత్న పరులై అభయం పొందగలరు.

అధ్యాయము 3

3.1 మనశరీరంలో ఉన్నట్టి సూక్ష్మశరీరం

మీరు ఒక వ్యక్తివైపో, వస్తువువైపో చూస్తున్నారు. ఆ వ్యక్తినో, ఆ వస్తువునో, చూసేందుకు ఎన్ని విషయాలు (పరికరాలు) అవసరమో గమనించండి! మొట్ట మొదట కన్నులుండవలె. తక్కిన అవయవములలో మీకే కొరతా లేకున్నా, మీకు కన్నులు లేకుంటే వస్తువుని చూడలేరు. రెండవది, నయనేంద్రియం ఉండాలి. పైకి కన్పించే ఈ కన్నులే నయనేంద్రియం కాదు. అవి చూడడానికి ఉపయోగపడే పరికారాలే. వాటి వెనుక చూచే సాధనం(నేత్రేంద్రియం) ఉంటుంది. అది మెదడునందొక కేంద్రములో ఉంటుంది. ఆ కేంద్రము చెడితే, మనిషికెంత శక్తివంతములైన కన్నులున్నా అంటే నేత్రమందలి నల్లగుడ్డు (రెటీనా) లేక దృగ్యంత్రము పరిపూర్ణముగా నుండి దానిపై బడే ప్రతి బింబాలు ఉన్నస్థితి

ఉన్నప్పటికీ, కన్నులు చూడలేవు. వ్యక్తిగాని, వస్తువుగాని, కన్పించదు. ఒక్కొక్కప్పుడు కొందరు కన్నులు తెరచుకొని నిద్రపోతుంటారు. లేదా మూర్ఛలో కన్నులు తెరుచుకొని ఉంటారు. అప్పుడు చూపు ఏర్పడేందుకు కావలసిన వెలుతురక్కడున్నప్పటికీ, బాహ్యవస్తువునుండి పడుతున్న ప్రతిబింబం కన్నులలో ఉన్నప్పటికీ, వస్తువు లేదా వ్యక్తి కన్పించరు.(చూచిన అనుభవం కల్గదు). ఇట్లే మిగిలిన ఇంద్రియములు కూడా! దీన్ని బట్టి ఈ మన బాహ్యా స్థూల శరీరానికి చైతన్యం(చూడడం, వినడం, వంటి శక్తుల) నిచ్చేది లోపల ఏదో ఒకటున్నదని తెలుస్తుంది. అట్లే శ్రవణేంద్రియం గురించి కూడా చర్చించ వచ్చు.

బైటకు కన్పించే చెవి, ధ్వని తరంగాలను కేంద్రానికి చేర్చేందుకు పనికొచ్చే ఉపకరణం మాత్రమే! మీరొక గ్రంధాలయంలో ఏకాంతంగా కూర్చొని పుస్తకం చదువుతున్నారు. అప్పుడు గడియారం కొట్టే గంటలు మీకు విన్పించవు. ఎందుకు? అక్కడ విన్పించేందుకు కావలసిన బాహ్య పరిస్థితులన్నీ ఉన్నాయి. కాని వినిపించడం లేదు. ధ్వని ఉంది, వాయుతరంగాలున్నాయి. చెవి ఉంది. నాడీ కేంద్రమూ ఉంది. ధ్వని తరంగాలు చెవి ద్వారా ఇంద్రియ కేంద్రానికి చేర్చబడుతూనే ఉన్నాయి. అయినా మీకేమీ విన్పించడం లేదు! ఇప్పుడున్న కొఱత ఏమి? మనస్సక్కడ లేదు! కావున మనస్సు కూడా కావలెనని తేలుతుంది. మొదటి వెలుపలి ఉపకరణము (చెవి) తరువాత ఈ బాహ్యఉపకరణము, కొని వచ్చే తరంగములు చేరు కేంద్రము ఉండడం అవసరం. ఈ శ్రవణేంద్రియము మనస్సుతో కూడియుండాలి. మనస్సు కర్ణేంద్రియంతో కూడినప్పుడు, ఆఇంద్రియమూ, వెలుపలి చెవీ ధ్వని తరంగాలను గ్రహించినపటికీ, మనకు ఆ ధ్వని యొక్క అనుభవం కల్గదు (వినిపించదు). మనస్సుకూడా ఒక వాహకం మాత్రమే సుమా! వాహకమంటే కొనిపోయే సాధనం. మనస్సు ధ్వనిని కొని పోయి బుద్ధికి నివేదిస్తుంది. బుద్ధి తనకు చేరిన సంగతిని ఇట్టిదని నిర్ణయించు సమర్థత కల్గి ఉంటుంది. **నిశ్చయాత్మికాబుద్ధిః** కాని అప్పటికీ ఈ ప్రక్రియ పూర్తి కాలేదు. బుద్ధి ఆవిషయాన్ని తీసుకొనిపోయి శరీరానికి సర్వాధికారియై, సింహాసనమునధిష్టించియున్న జీవాత్మకు నివేదించాల్సిఉంటుంది. ఇట్లే బుద్ధి తనకు నివేదించిన దాన్ని గురించి ఏమి చేయవలెనో, ఏమి చేయకూడదో, అనే ఆజ్ఞ జీవాత్మనుండి వెలువడుతుంది.

అప్పుడు ఆ ఆజ్ఞను అదే క్రమంలో అంటే- బుద్ధికి- బుద్ధినుండి మనస్సుకు మనస్సు నుండి కేంద్రానికి – దాని నుండి కర్ణేంద్రియానికి – అక్కడి నుండి

వెలుపలిచెవికి చేరుతుంది. అప్పటికి కాని వినడం అనే అనుభవం పూర్తికాదు. ఈప్రక్రియ అంతా అదంతకదే(ఆటోమాటిక్‌గా) ప్రతి అనుభవం లో ఊహించనంత వేగంగా ఒక్క క్షణంలోనే జరుగుతుంది. వినడం-చూడడం మొదలైన అన్నిఅనుభవాల్లో ఉంటుంది. ఉపకరణాలు స్థూల శరీరంలో ఉన్నాయి. మనస్సు, బుద్ధి అందులో లేవు. అవి లోపల ఉన్నాయి. దానినే సూక్ష్మ శరీరం అంటారు. దానినే లింగ దేహం, పారమార్థిక దేహం అని కూడా (Vital Body) పిలుస్తారు. ప్రతి స్థూల శరీరంలో సూక్ష్మ శరీరం తప్పనిసరిగా ఉంటుంది. ఈ సూక్ష్మ శరీరం అత్యంత ప్రభావవంతమైనది. దాని ప్రభావాన్ని ఇంకా వివరంగా తెల్సుకోవడం ఎంతో అవసరం.

స్థూల, సూక్ష్మ శరీరాల సంబంధాన్ని బట్టియే జీవన్మరణాలు సంభవిస్తున్నాయి. అదెట్లంటే సూక్ష్మ శరీరం స్థూల శరీరంలో ఉండే స్థితినే **జీవితం** అంటారు. సూక్ష్మశరీరం స్థూల శరీరాన్ని విడిచిన స్థితినే **మరణం** అంటారు. మరణం పొందినస్థితిలో స్థూల శరీరాన్ని పూడ్చుడమో, కాల్చుడమో చేస్తున్నాం. స్థూల శరీరాన్ని అట్లే ఉంచితే కొలది కాలంలోనే (రక్త ప్రసరణ, నాడీ చలనం , హృదయస్పందనాదులు నిల్చిపోవడం వల్ల) కుళ్ళి దుర్గంధం కల్గిస్తుంది. తద్వారా వాతావరణం కలుషితమై పోతుంది. కాబట్టి కేవలం స్థూల శరీరంగా ఉన్నప్పటి స్థితినే "**మరణం**" గా తీర్మానించవచ్చు. ఈ స్థూల శరీరాన్ని వెంటనే కాల్చుడం లేక పూడ్చుడం చేయడం తప్పనిసరి.

ఈసందర్భంలో ఒక శాస్త్రీయాంశాన్ని చర్చించి, వివేచించి, నిగ్గుదేల్చాల్సి ఉంది. భౌతిక శాస్త్ర రీత్యా ప్రపంచంలోని ఏ పదార్థం నశింపరాదు. దాన్నే Law of the Indestructability గా పేర్కొంటారు. దానికే అనుసంధింపదగిన ప్రకృతి శాస్త్ర నియమం మరొకటుంది. అది Law of the conversation of Energy (శక్తి నిత్యత్వ సూత్రం).

జీవం లేని శవాన్ని అంటే స్థూల శరీరాన్ని కాల్చుడం లేదా పూడుస్తాం. అప్పుడ ది బూడిదగా మారుతుంది. లేదా భూమిలో కలసిపోయింది. అంటే స్థూల శరీరం కూడా నశింపలేదన్నమాట! అది కేవలం మార్పు చెందింది. అంతే! శరీరంలోని భౌతికపదార్థాలు మార్పుపొందిన స్థితిలో ఉన్నాయి. గాని నశించలేదని ఋజువయ్యింది. అమన్ను లేదా బూడిద కల్సిన ప్రదేశం గడ్డి మొలకలుగా, పుష్పలతలుగా, వృక్షాలుగా ఏర్పడుతుంది. అట్లే మార్పుజరుగు తుందని గ్రహింపగలం! ఇంక సూక్ష్మశరీరాన్ని గురించి తెలుసుకుందాం!

3.2 సూక్ష్మశరీరమంటే ఏమి?

సూక్ష్మశరీరమంటే మానవుని మానసికమైన కోరికలు, భావాలు, ఆలోచనలు, తృష్ణ, రాగ, ద్వేషాది ఉద్వేగాలు మొదలైనవి. ఇవి భౌతిక పదార్థాలవలె స్థూలమైనవి కావు. వీనిని మనం కళ్ళతో చూడలేము. ఊహామాత్ర నిర్ధారితాలు. మనకు కలిగే కోపం, జాలి, ప్రీతి మొదలైనవి మన కళ్ళకు కాని, ఇతరుల కళ్ళకు కాని కన్పిస్తున్నాయా? మరణించినపుడు స్థూలశరీరంతో పాటే ఇవన్నీ కూడా కాలిపోతాయా? లేదా పూడిపోతాయా? పైన తెల్పిన శక్తి నిత్యత్వసూత్రం ప్రకారం, భౌతిక, స్థూల పదార్థాలు నశింపక మార్పుచెందే టప్పుడు, మానసికమైన కోరికలు, తృష్ణలు, రాగద్వేషాలు వంటివి కూడా నశింపవని, సైన్సు ద్వారా ఋజువయినట్లే! సైన్స్ ఈ విధంగా ఋజువు చేస్తుంది. శక్తినిత్యత్వసూత్రం అనివార్యమైనది. అవినశిస్తాయని అనేందుకెవరికీ అధికారం లేదు. అవి మానసికములు. అట్లే ఉండాల్సిందే! అట్లేసాగవలసిందే కాని, ఎప్పటికీ నశించవు. జీవించే ఉంటాయిగాని నశించవవి!.

దీనినే క్రింది ఉదాహరణతో సమర్థించగలము! ఒక క్రొవ్వొత్తిని తీసుకొని వెల్గించితే, అది కొద్ది సేపట్లోనే కరిగి కాలిపోతుంది. కాని సైన్స్ దృష్ట్యా అది కాలిపోలేదు. రసాయన శాస్త్ర రీత్యా ఈ నిరూపణము జరుగుతుంది. కాస్టిక్ సోడా, మరొక రసాయనిక ద్రవ్యం కల్గి ఉన్న ఒక వంపు గాలి గొట్టం లో (Bend test tube) ఆ క్రొవ్వొత్తిలో పోయినదంతా ఈ గొట్టంలో ఉంది అని చూపబడు తుంది. ఇంకో దృష్టాంతం! నీటినొక చిన్న పాత్రలో బాగా మరగించి నపుడు కొద్ది సేపటికి నీరంతా ఆవిరిగా మారి ఇంకి పోతుంది. సామాన్య బుద్ధికి నీరేమి లేదని అనిపిస్తోంది. కాని ప్రకృతి శాస్త్రం "నీరు పోలేదు. అంటే నశింప లేదు. ఆవిరి రూపంలో వాతావరణంలో ఉంది" అని నిరూపిస్తోంది. అది నశింపబడదని తెల్పుతుంది.

అదే విధంగా మానవుడు మరణించినప్పుడు, వాని కోరికలు, భావాలు, ఉద్రేకాలు, మొదలైనవన్నీ నశించినట్లు పైకి కన్పించినప్పటికీ, వేదాంత శాస్త్రం, తన ఆత్మిక రసాయనిక శాస్త్రరీత్యా (Chemistary of the Soul) అది నశింపలేదు నశింపబడదు అని తెల్పుతుంది. మరి అవి నశింప బడనప్పుడు ఏమైనట్లు?

3.3 జీవితం–మరణం

ఈ ప్రశ్నను గణితశాస్త్రరీత్యా పరిష్కరించవచ్చు. Therum తీరం–సిద్ధాంతం.

అప్లై ప్రతిజ్ఞ ఏమి? నిగమన మేమి? అని కొన్ని సార్లు ప్రతిజ్ఞపై లేక ఇవ్వబడిన దానిపై ధ్యానించడం వల్ల విషయాన్నంతా ఋజువు చేయగల్గుతాము. కొన్నిసార్లు ఋజువు చేయవలసిన దాన్ని (నిగమము) తీసుకొని ఇవ్వబడిన దానితో కలుపవలసిరావచ్చు! ప్రస్తుతం మనకివ్వబడినదేమి? ఋజువు చేయవలసినదేమి? ఇవ్వబడినది **జీవితం!** ఋజువు చేయవలసినది **మరణం!** లేదా ఇవ్వబడినది **మరణం!** ఋజువుచేయవలసినది **జీవితం!** మరణాన్ని జీవితంతోకాని, లేదా జీవితాన్ని మరణంతో కాని కలుపవచ్చు.

ఎందరో ప్రతిదినం పుడుతున్నారు! ఛస్తున్నారు! చని పోయిన వారి మానసికశక్తులు, కోరికలు, ఆలోచనలు, భావాలు వారితోనే ఛస్తున్నాయని చెప్పడం కన్న అజ్ఞానం, మూర్ఖత్వం మరొకటిలేదు. సైన్స్ సిద్ధాంతానికది చాలా వ్యతిరేకం! అవి నశిస్తే ఎక్కడ నశిస్తున్నాయి? శూన్యంలో చేరుతున్నాయా? అది అసంభవం ఏదీ ఏమీలేని దానిలోనికి పోలేదు. కావున మరణానంతరం మానసిక శక్తుల వగైరా శూన్యంలో కలువవు. అని తప్పక నిర్ధారించుకోవాలి ముందుగా ఆమాట ఒప్పుకోవాల్సిందే!.

ఆతర్వాత అవేమవుతున్నాయి? అనేప్రశ్న వస్తుంది. మానసిక వాంఛలు మొదలైనవి మరణానంతరం ఏమవుతున్నాయి? అనేప్రశ్నను జన్మను గూర్చి విచారిస్తూ పరిష్కరించుకోవచ్చు! మనుష్యులంతా భిన్నములైన చాకచక్యము లతో, భిన్నభిన్నములైన రుచులతో, కోరికలతో, భిన్న విధములైన శరీర నిర్మాణములతో, అంగ సౌష్ఠవములతో, భిన్న భిన్న మస్తిష్కాలతో, భిన్న భిన్న శక్తులతో జన్మిస్తున్నారు. అదెట్లా సంభవం! ఒకే తల్లిదండ్రులకు పుట్టిన సంతానంలో వివిధ రకాల వారున్నారు. ఆకారంలో, ఆలోచనల్లో, అభిరుచుల్లో, శారీరక, మానసిక శక్తుల్లో ఈ విభేదం స్పష్టంగా కన్పిస్తుంది. ఒకే గురువు దగ్గర చదువుకొనే విద్యార్థులల్లో విభిన్నమైన ప్రవృత్తులతో వుంటారు. ఒక్కొక్కనికి ఒక్కో విషయంలో అభిరుచి, అభినివేశం, ఆసక్తి, నైపుణ్యం మెండుగా ఉంటాయి. ఒకనికి సైన్స్‌లో, మరొకనికి గణితంలో, వేరొకనికి భాషలల్లో ప్రీతి, ప్రావీణ్యాలుంటాయి. పుట్టుకతో ఈ వైవిధ్యం కన్పిస్తున్నది. దీనికి కారణమేమి? దీనినెట్లు సమర్థించగలం?

"అదంతా దేవుడు చేసినాడు. ఆయనలీల! ఇచ్ఛ!" అని అనడం చాలా తప్పు. అప్పుడు ఆదేవుడెంత పక్షపాతి ! ఎంత దయారహితుడు అనవలసి

వస్తుంది. ఈజవాబు సహేతుకం కాదు. సైన్స్‌కు విరుద్ధం కూడా. ఇది అజ్ఞాన ప్రకటనమేకాని వేరుకాదు. మరి దీనికి శాస్త్రరీత్యా చెప్పవలసిన జవాబు ఇది! జనులందరూ తమ జన్మలతో వెనుకటి మానసిక శక్తులను, కోరికలను, యోగ్యతలను సూక్ష్మశరీరంలో తీసుకొని వచ్చినారు. ఇది అన్నిటికీ సరిపోయే జవాబు. మానవుడు మరణించినపుడు అంతవరకు వాని కున్న తీరని కోరికలు మొదలైనవి నశింపబడవు. ఆ మానసిక వాంఛలు సంస్కారములతో కూడిన సూక్ష్మ శరీరంతో మరల జన్మలు కల్గుతాయని సిద్ధాంతీకరించ బడుతుంది. ఇదియే జన్మ కర్మ సిద్ధాంతం. కర్మ మూడురకాలుగా ఉంటుంది. (1) సంచితము (2) ఆగామి (3) ప్రారబ్దం. పైవివేచనతో తేలిన సారాంశాన్ని క్రింది విధంగా చెప్పుకోవచ్చు!

"మానవుడీవిధంగా ప్రతిజన్మలో తాను చేసిన, తలచిన క్రియలన్నింటినీ సూక్ష్మ-అతిసూక్ష్మరూపంలో సూక్ష్మశరీరంయొక్క అంతర్భాగంలో చేర్చుకుంటున్నాడు." అందువల్ల "నీవిపుడున్న స్థితికి నీవే కర్తవు" అదే విధంగా "రాబోయే పరిస్థితికి కూడా నీవేకర్తవు" కాబట్టి అభ్యుదయ పూర్వక నిశ్రేయస్సుకు మూలమై ఏకైక మార్గమైన ఏకాగ్రతను అభ్యసించడానికి సంసిద్ధుడవుకా!

"ఛిత్త్వైనం సంశయం యోగమాతిష్ఠోత్తిష్ఠ భారత" -గీత

3.4 మరణ భయం పోగొట్టుకోవడం ఎలా?

మరణభయం పోగొట్టుకోవలెనంటే సూక్ష్మశరీరాన్ని విడదీసి, స్థూల శరీరం తాను కాదని తెలుసుకోవడం అత్యంత అవసరం. మరణం అంటే స్థూల శరీరాన్ని విడచి పెట్టడమే అని నిర్ధారించుకోవడం ఎంతో ముఖ్యం. దానికి ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసం కంటే వేరుమార్గమే లేదు!

మనం స్థూల,సూక్ష్మశరీరాల యొక్క అవిభాజ్య స్థితిలో జీవితాన్ని గడుపుతున్నాము. జాగ్రత్, స్వప్న, సుషుప్తి అవస్థలలో ఒక నిద్రావస్థలో మాత్రం స్థూల శరీరం లేని స్థితిని అనుభవంతో తెలుసుకుంటున్నాము. స్థూల శరీరం నుండి సూక్ష్మ శరీరం కర్మవశాన, మన స్వాతంత్ర్యం లేకుండా విడిచి పోయి నపుడు మరణం అనుకుంటున్నాము. పైభాగంలో ఈ వివేచనం జరుపు కొన్నాము కదా! స్థూల శరీరము (సప్తధాతుమయము) రక్త, మాంస, అస్థి, మేదస్సు, చర్మ, మజ్జ, స్నాయువులతో మిళితమైనట్టిది. జడమైనది. అది

స్వతంత్రమైనదికాదు. మనస్సు, బుద్ధితో గూడి చైతన్యవంతమయిన సూక్ష్మ శరీరంనకు లోబడినది అని తెలుస్తుంది. స్థూల శరీరం సూక్ష్మశరీరానికి పైతొడుగు (చొక్కా) వంటిది. ఇది జీవుల పూర్వకర్మలననుసరించి, ప్రతి వ్యక్తికి కల్గుతుంది. ఇది క్రమంగా పుట్టడం, పెరగడం, శిధిలమవడం, నశించడం, మార్పు చెందడం అనే స్వభావాలను కల్గి ఉంది. ఈ స్థూల జగత్తులో అన్ని కర్మలకు (పనులకు) ముఖ్యసాధనంగా ఉంది.

ఈ ప్రపంచంలోని ప్రతి ప్రాణీ మరణమంటే భయపడుతుంది. మరణానికి మించిన భయం లేదు. మరణమంటే స్థూల శరీరం నుండి సూక్ష్మ శరీరం విడిపోవడమే గదా! ఈ విడిపోవడం, (మరొక స్థూల శరీరాన్ని చేరడం) గాలి (వాయువు) పుష్పాదుల నుండి పరిమళాన్ని తీసుకొనిపోయి, మరొకచోట చేర్చునట్లున్నదని భగవద్గీతలో తెల్పబడింది.

సూక్ష్మశరీరం

5 ప్రాణములు + 5 జ్ఞానేంద్రియములు + 5 కర్మేంద్రియములు 1 మనస్సు +1 బుద్ధి =మొత్తం 17 రకాల చైతన్య పదార్థాలతో కూడి ఉంది సూక్ష్మశరీరం. (Subtle Body)

సూక్ష్మశరీరం స్థూలశరీరాన్ని విడిచి వెళ్ళడం, మరొక స్థూలశరీరాన్ని చేరడం; ఈ శరీరంలో ఉండేస్థితి, ఇవన్నీ ప్రయత్నపరులైన యోగులు స్పష్టంగా చూడగల్గుతున్నారు. ఈ వివరాలు గీత-**15** వ అధ్యాయం-పురుషోత్తమ ప్రాప్తి యోగం-లో **8-9-10-11** శ్లోకాలలో తెలుపబడినాయి.

<u>సూక్ష్మశరీరం తేజోమయం-(Subtle body)</u>

దీనినే పారమార్థికశరీరం- లింగశరీరం అని కూడా శాస్త్రీయ పరిభాషలో వ్యవహరిస్తారు.

ఏకాగ్రత సూక్ష్మ లక్ష్యముపై క్రమ పద్ధతిలో అభ్యాసం చేసి పరిపాకం చెందినప్పుడు, సూక్ష్మశరీరంలోని విభాగాలు ప్రత్యేకంగా దర్శింపవచ్చు. సూక్ష్మశరీరాన్ని స్థూలశరీరం నుండి స్వతంత్రంగా విడదీయగల్గేందుకు కూడా ఏకాగ్రత సూక్ష్మ లక్ష్యంపై నిల్పడమే మార్గం.

ఇప్పుడు స్థూలశరీరమే నేను, అనే స్థిరనిశ్చయంతో ఎంతగా మన

ఈ దేహాన్ని అభిమానిస్తున్నామో అంత నిశ్చయంగా సూక్ష్మ శరీరమే నేను అనే స్థితిని ఏకాగ్రతాభ్యాసంచేత పొందగల్గుతావు. అప్పుడే బాహ్యస్థూలశరీరానికి, బాహ్యప్రకృతికి దాస్యం చేయడం ముగిసి స్వతంత్రులము కాగలము.

ఇది ఆధ్యాత్మిక విద్యాక్రమంలో మొదటితరగతి మాత్రమే సుమా! మరణభయం పోవలె నంటే భగవద్గీతలో, బ్రహ్మసూత్రాలలో, ఉపనిషత్తులలో, ఇతర వేదాంత శాస్త్రాలలో చెప్పబడిన అక్షర, నిష్కళంక, నిత్య, శుద్ధ, బుద్ధమైన ఆత్మవరకు అనుభవం పొందవలసిన అవసరం లేదు.

పైవిషయాన్ని గురుశిష్యుల అనుభవాలు తెల్పుతున్నాయి. దీనికి దృష్టాంతంగా సావిత్రి చరిత్ర, యోగులు చరిత్రలు మొదలైనవాటిని పేర్కోవచ్చు.

3.5 సూక్ష్మశరీర ప్రభావ ప్రయోజనాలు:

సూక్ష్మశరీరము తన కర్మ పరిపాకాన్ని బట్టి రకరకాల శరీరాలను- క్రిమి, కీటక, పశు,పక్షి, మానవ స్థూలశరీరాలను- ధరిస్తూ, విడుస్తూ ఉన్నది.

"సూక్ష్మశరీరం స్థూలశరీరాన్ని విడిచిపెట్టడమే మరణము. మళ్ళీ ధరించడమే జననము"

మనం దుస్తులు ధరించి, విడుస్తున్నట్లే, సూక్ష్మశరీరం స్థూలశరీరాలను ధరిస్తూ విడుస్తూఉంది. ఈ ప్రక్రియ కోట్ల సంవత్సరాల తరబడి, జరుగుతూనే ఉంది. స్థూలశరీరం ఎట్టిదైనా- క్రిమి కీటక పశు పక్షి మానవ శరీరాలలో ఏదైనా సూక్ష్మశరీరం మారకుండా వినాశం లేకుండా ఉన్నది. దానికి వినాశనం ఒక్కసారే! అది తాను అజ్ఞానాన్ని పోగొట్టుకొని జ్ఞానాన్ని ఎప్పుడు పొందుతుందో అప్పుడు ఈ సూక్ష్మశరీరం అఖండ చైతన్యంలో లీనమైపోతుంది (నశిస్తుంది). దీన్నే శాస్త్రీయ పరి భాషలో "లింగభంగం" అంటారు.

అభ్యాసయోగి "ఏకాగ్రత" ద్వారా స్థూల శరీరాన్ని స్వతంత్రంగా విడవ గలడు. సూక్ష్మశరీరమే తాముగా స్థిరపరచుకున్న యోగులు, స్థూలశరీరాలను తమకిష్టమైనట్లు అనేకరకాలుగా ధరించగలరు. ఒకేరకమైన శరీరాలను అనేకంగా, వివిధ రకాలైన శరీరాలనూ ధరించగలరు. యోగుల చరిత్రలలో ఇట్టి దృష్టాంతాలు ఎన్నెన్నో! పరకాయ ప్రవేశం, దివ్యదృష్టి, పూర్వ జన్మల వృత్తాంతం

తెలుసుకోగల్గడం, దూరశ్రవణ, దూరదర్శనాలు, పరలోక దర్శన శ్రవణాదులు, భూతభవిష్యత్ వర్తమానాలను తెలుసుకోగల్గడం, అసాధ్యమైన రోగాలను నయం చేయడం, వంటి అనేక మహిమలు పొందేందుకు ఏకాగ్ర తారూప అభ్యాస యోగమే మూల కారణం. ఇంతకంటే తెల్సుకోవలసిన రహస్యం ఏమీలేదు. ఈస్థితిని పొందడానికి ప్రతిమానవుడు (లింగ, జాతి, కుల, మత, వివక్ష లేకుండా) హక్కు గల్గి ఉన్నాడు.

మన శరీరంలో ఉన్న దేవతలను, షట్చక్రాలను, శ్రీచక్ర దేవతలను, ఇతరలోకాలను, గమనాగమనాలను, ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసయోగంలో ఉత్కృష్టస్థితిని, సమాహితాన్ని పొందిన వ్యక్తులే దర్శింపగలరు. పైన తెల్పిన విధానం, దివ్యదర్శనాలు, ఒక్కొక్క దర్శనానికి ఒక్కొక్క లక్ష్యముండేటట్లు వేరుగా యోగశాస్త్రము నిర్దేశించింది. కాని ఆ స్థాయిని పొందడానికి అందరికీ శక్యంకాదు. సులభంగా యోగాభ్యాసానికి అనువైనతరగతుల వారీగా క్రమపద్ధతిని యోగశాస్త్రాలలో తెలుపలేదు. ఆలోటును తీర్చడానికై శ్రీగురువులు శివసచ్చిదానంద స్వామి వారు ప్రారంభతరగతులనుండి క్రమమైన ప్రణాళికను సిద్ధపరచి, శిష్యసాధకులద్వారా అనుభవములతో ఋజువు చేసినారు. ఆ ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాసయోగ ప్రణాళికను శ్రద్ధావక్తులు గల జిజ్ఞాసువులకు అందించడానికై చేసే ఈ మా ప్రయత్నాన్ని ఆస్తికులంతా ఆదరిస్తారని ఆశిస్తున్నాం!

3.6 సూక్ష్మ ప్రపంచము

సూక్ష్మ శరీరము వ్యష్టి(వ్యక్తిగతమైనది). సూక్ష్మ ప్రపంచము సమష్టి (అందరికీ చెందినది). సూక్ష్మశరీరానికి అధిష్ఠాత తైజసుడు(జీవుడు). సూక్ష్మప్రపంచానికి అధిష్ఠాత హిరణ్య గర్భుడు (బ్రహ్మ).

వీరిద్దరూ వ్యష్టి సమష్టి సూక్ష్మశరీరాలను తాముగా నిశ్చయించుకొని అభిమానిస్తూ ఉన్నారని శాస్త్ర నిర్ణయము. స్వర్గాది దివ్యలోకాలన్నీ సూక్ష్మప్రపంచానికి చెందినవే! ఈలోకం వలెనే అన్ని లోకాలూ వ్యవహారానికి మాత్రమే సత్యము అని శంకర భగవత్పాదుల అద్వైత సిద్ధాంతము.

ఈ స్థూల ప్రపంచం వ్యవహారమున కెట్లు సత్యమో సూక్ష్మ ప్రపంచం కూడా వ్యవహారానికి సత్యమే. విత్తనము చెట్టునకెట్లు కారణమో, (సూక్ష్మ)

జీవకణములు స్థూల శరీరముకెట్లు కారణమో, స్థూలమునకు సూక్ష్మము అట్లేకారణమై ఉన్నది.

సూక్ష్మము స్థూలముకంటె స్వతంత్రము. స్థూలము సూక్ష్మము వలననే తయారై , దానికి అధీనమై ఉంటుంది. ఇవన్నీ తెలుసుకోవడమే యోగ శాస్త్రం వల్ల కలిగే ఉపయోగము. తెలుసు కోవడం అంటే కేవలం శృత పాండిత్యం కాదు. అనుభవం ద్వారా తెలుసుకోవడమే నిజమైన జ్ఞానం. కేవలం ఎవరో ఒకరు అనుభవం పొందడం వల్లనే లభించేది ఏమని చర్చిస్తే, స్థూల జగత్తును, సూక్ష్మజగత్తును గురించి (అనుభవం ద్వారా)తెలుసుకున్నప్పుడే స్థూల జగత్తునకు కావలసిన అభ్యుదయాన్ని సాధించడం జరుగుతుంది. అంటే మన మీ ప్రపంచంలో అభ్యుదయాన్ని సాధించవలెననుకొంటే దానికి కారణమైన సూక్ష్మ ప్రపంచాన్ని వివరంగా తెలుసుకోవలెననేది స్పష్టము. ఆ సూక్ష్మ ప్రపంచాన్ని తెలుసుకొనేందుకు ఏకైక మార్గము ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసయోగమే. ఆ విధంగా సూక్ష్మప్రపంచం గురించి తెల్సుకొని, తద్వారా స్థూల జగదభ్యుదయానికై ఉద్యమించే వానినే భగవంతుడు గీతలో **కళ్యాణకృత్** అంటే లోకానికి మేలు చేసేవానిగా పేర్కొన్నాడు. ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసాన్ని ఎలా సాధించాలో ముందు ప్రకరణాల్లో తెల్సుకుందాం!

ఏ కా గ్ర త
అధ్యాయము 4

4.1 ధ్యేయాతిరిక్త వృత్తి నిరోధః

తనకు కావలసిన విషయం పైననే (సంగతి లేక కార్యము) మనస్సును నిల్పి, మిగతా విషయాలను మధ్యలో రానీయకుండా నిరోధించడమే ఏకాగ్రత.

నిర్వచనం:- ఏక-ఒక్కవిషయమే, అగ్ర-ఎదుటకలది ఏకాగ్రం. దాని భావమే (స్థితే) ఏకాగ్రత.

"ఏకాగ్రతయనగా నేమి? గ్రహణశక్తిని తీక్ష్ణమొనర్చి కార్యసాధనకు వలయు కాల పరిమితిని సంక్షేపమొనర్చుటయే గదా!"

-రాజయోగము(స్వామి వివేకానంద)

మనం ఈ లౌకిక జీవితంలో చేస్తున్న పనులన్నీ, సరిగ్గా చేయాలనుకుంటే, అది ఏకాగ్రతతోనే సాధ్యము. ఇతరులు మాట్లాడేటప్పుడు ఏకాగ్రతతో వినకుంటే - అంటే వేరే ఆలోచనలు లేకుండా ఆ మాట వినకుంటే- ఆమాటల్లో ఉన్న అభిప్రాయం అర్థం కాదు. అట్లే మనం చూసే దాన్ని ఏకాగ్రం గా చూడకుంటే ఆ దృశ్యంలోని వివరాలు, విశేషాలు సరిగ్గా తెలుసుకో లేము. మాట్లాడేటప్పుడు ఏకాగ్రత లేకుండా ఒకటి చెప్పబోయి మరొకటి చెప్పి వినేవారికి తికమక కల్గించి, మనం కూడా తికమక పడ్తున్నాం. నడిచేటప్పుడు ఏకాగ్రత లేకుండా కాలుజారిపడడమో, దేనినైనా లేదా ఎవరినైనా ఢీ కొట్టడమో, ఒక చోటికి పోవల్సి ఉండగా వేరొక చోటికి పోవడమో, వాహనాల వల్ల ప్రమాదానికి గురికావడమో జరుగుతుంది. వ్రాయడం,చదవడం వంటి పనులల్లో, నిత్యకృత్యాల్లో వ్యవసాయ, వ్యాపార, వ్యవహారాల్లో, భౌతిక యంత్రాలను, పనిముట్లను ఉపయోగించడంలో, నడపడంలో, అది, ఇది అనడం ఎందుకు? ప్రతి పనిలో ఏకాగ్రత లేకుంటే సరిగా పనులు జరుగవనేది అందరికి అనుభవైకవేద్యమే కదా! ఇటువంటి ఏకాగ్రతను గురించి ఎంత విపులంగా వివరంగా తెలుసుకుంటే,దాని పట్ల అంత శ్రద్ధాసక్తులు కల్గి, ఉపయోగాన్ని పొందగల్గుతాం!

4.2. మూడు ఉపకరణాలు- మనస్సు

- శరీరం-మనస్సు-ఇంద్రియాలు -ఈమూడింటి సమ్మిశ్రమమే (విడదీయడానికి సాధ్యం కాని కలయిక) మన జీవితం. బాగా ఆలోచిస్తే, పై మూడూ (శరీరం-ఇంద్రియాలు-మనస్సు) మనకు ఉపకరణాలు మాత్రమే (Instruments) కాని అవే మనం కాదనేది స్పష్టమవుతుంది. ఈ మూడింటిని ఒకటిగ చేర్చి, ఒకే విషయం పైన కేంద్రీకరించడమే ఏకాగ్రత అని తెలుస్తుంది. శరీరం కదలకుండా, చూపు, ఆలోచన చెదరకుండా ఏకాగ్రం చేస్తే కాని సూది బెజ్జం లో దారాన్ని ఎక్కించలేము కదా! ఈ చిన్న విషయాన్ని ఆధారంగా తర్కిస్తే లౌకిక జీవితంలో అడుగడుగునా ఏకాగ్రతను తాత్కాలికంగా పాటిస్తున్నామని అర్థం చేసుకోగలం!

మనస్సు :-మనకున్న మూడు ఉపకరణాలలో మనస్సే చాలా ప్రభావవంతమైనది. ముఖ్యమైనది. దానిననుసరించే మిగిలిన రెండూ (శరీరం- ఇంద్రియాలు)పని చేస్తున్నాయి. మనస్సంటే ఏమి? సంకల్ప వికల్పాత్మకంహి మనః. సంకల్ప వికల్పాత్మకమైనట్టిది మనస్సు.

అని శాస్త్ర నిర్ణయం. అంటే మనఆలోచనల సముదాయం మనస్సు. ఒకదాన్ని గూర్చి ఇట్లాచేయాలా? వద్దా? అవుతుందా ?కాదా? అని విమర్శించేది మనస్సు. అంటేఆలోచించేశక్తి అన్నమాట. దీనిని శాస్త్రపరిభాషలో అంతఃకరణం అంటాం. ఇది (మనస్సు) రకాలు అవస్థలను (స్థితులను)కల్గి ఉంటుంది. ప్రతి వారిలో కొద్ది తేడాలతో ఈ అవస్థలుంటాయి. అవి (1)క్షిప్త (2)మూఢ (3) విక్షిప్త (4)ఏకాగ్ర (5) నిరోధ.

1. క్షిప్తావస్థ :- రాజసగుణముద్రేకించడం వల్ల మిక్కిలిగా చలిస్తూ ఉండడం. ఈ లక్షణం ఎక్కువగా ఉండేవారే రాక్షసులు.

2. మూఢావస్థ :- తమస్సు అనే గుణోద్రేకం వల్ల కృత్యాకృత్యవిచారం లేకుండా, కోపాదులతో కూడి, నిద్రబోతుతనంతో, సోమరి తనంతో, మాంద్యంతో, క్రోధంతో ఉండడం. ఇది పిశాచలక్షణం.

3. విక్షిప్తావస్థ :- సత్త్వగుణాధిక్యంతో దుఃఖాలను తొలగించే ప్రయత్నంలో సుఖాలను సంపాదించాలనుకోవడం ఇది దేవతల ప్రకృతి.

4. ఏకాగ్రావస్థ :- ఈ స్థితిని పొందినప్పుడు దేన్ని తెలుసుకోవలెనో దాన్ని స్పష్టంగా తెలుసుకోగల్గడం, సంపూర్ణంగా గ్రహించ గల్గడం, ధ్యేయాన్ని సాధించగల్గడం, వంటి లక్షణాలుంటాయి. ఇది ఉత్తమావస్థ. దీనితో రజస్తమోగుణాలణిగి సత్త్వమే ప్రముఖంగా ఉంటుంది.

5.నిరోధావస్థ:ఈస్థితి సర్వోత్కృష్టము ఏగుణం లేని ఆనందానుభవమే.

పైన పేర్కొన్న 5 అవస్థలు ప్రతివారిమనస్సులో ఉన్నట్లుమనం గ్రహించవచ్చు. వీటిలో ఏకాగ్రం కూడా మనస్సు యొక్క సహజ స్థితే. దాని సహాయంతోనే మనం లౌకిక జీవితంలో అన్ని పనులూ నెరవేర్చుకుంటున్నాం. ఈ ఏకాగ్రత కొంచెంగా ఈ స్థూల బాహ్య జగత్తులో జరుపుకునే పనులకు సరిపోతున్నది. కాని విషయాలల్లో ఉండే ప్రత్యేక విశేషాలు, అంతరార్థాలు తెల్సుకోవాలంటే, ఇంకా తీక్ష్ణమైన, ఇతోధికమైన ఏకాగ్రత అవసరం. గణిత శాస్త్రరహస్యాలు, ఖగోళ, భౌగోళిక శాస్త్ర విషయాలలో పరిశోధనలు చేయడానికి ఈ ఏకాగ్రత అధికంగా, సూక్ష్మంగా కావాల్సిఉంటుంది గదా!

బాహ్యప్రకృతిలో (స్థూలజగత్తులో) విశేషరహస్యాలను గ్రహించడానికే ఎంతో ఏకాగ్రత లేకుండా కార్యసిద్ధి కల్గడం లేనప్పుడు, బాహ్య జగత్తుకు

కారణమైన సూక్ష్మప్రపంచాన్ని, అందలి దివ్యస్థానాలను, దేవతలను, సూక్ష్మశరీరంలోని చైతన్యశక్తులను దర్శించి, వాటి అనుభవాలను పొందాలంటే ఏకాగ్రత ఇంకా ఎంత గాఢంగా, తీవ్రంగా కావాల్సి ఉంటుందో అర్థం చేసుకోవచ్చు.

4.3 సూక్ష్మశరీరం-సూక్ష్మజగత్తు

దేవతలను మనమెందుకు చూడలేము ?

వివేకానందుడు బాల్యంలో నరేంద్రునిగా నున్నప్పుడు, అధ్యాత్మికవేత్తలన బడే వారిని, సాధువులను, సత్పురుషులను, ఒకే ప్రశ్న వేసేవాడట. "మీరు దేవుని చూచితిరా?" అనేదే ఆప్రశ్న. ఎవ్వరూ దీనికి "అవునని,చూసినామని" సమాధావం చెప్పలేకపోయినారు. చూడలేదనియే అందరి జవాబు. నరేంద్రుని జిజ్ఞాస తీరలేదు. ఎవ్వరూతగిన సమాధానం చెప్పలేకపోతున్నారు. చాలాకాలం ఇట్లే సాగింది. చివరకు వివేకానందుడు రామకృష్ణ పరమహంసను కలుసుకోవడం తటస్థించింది. మళ్ళీ అదే ప్రశ్నించినాడు. "మీరు దేవుని చూచితిరా?" అంత వరకు ఎవ్వరు చెప్పని సమాధానం రామకృష్ణులనుండి లభించింది. "చూచితిని. ఇప్పుడు నిన్ను చూచుచున్నట్లే దేవుని చూచితిని." అన్న సమాధానంతో నరేంద్రుడు రామకృష్ణుని శిష్యునిగా మారినాడు. జీవితమంతా భారతీ యాధ్యాత్మిక ప్రభావ ప్రచారానికే వెచ్చించి, ఖండాంతర ఖ్యాతినార్జించినాడు.

రామకృష్ణులు దేవుని స్వయంగా ప్రత్యక్షంగా చూసానని చెప్పిన అంశాన్ని మనం యౌగిక శాస్త్ర పద్ధతిలో విశ్లేషిస్తే దేవతలను చూడడం సాధ్యమే అని తేల్చ వచ్చు. చూడడం, వినడం వంటి శక్తులుండే పంచేంద్రియాలు కల్గిన మనలో ప్రాణ శక్తి ఒకానొక స్పందన స్థితిలో ఉన్న జీవులన్నీ ఒకదానినొకటి చూడగల్గు తున్నాయి. ఈ విశ్వంలో అంతర్విశ్వాలు, బహిర్విశ్వాలు ఎన్నెన్నో ఉన్నాయి. అంటే కొన్నివలయాలు వెలుపల, లోపల ఉన్నాయని ఊహించవచ్చు. ఒకే రకమైన ప్రాణస్పందన కల వలయము (లోకం)లోని జీవులు పరస్పరం తెలుసుకోగలవు. మనచుట్టూ వేరే తరగతి ప్రాణస్పందన కల జీవులెన్నెన్నో తిరుగాడు తున్నా, మనం వాటిని చూడలేము. వారు మనకన్న పైస్థాయి ప్రాణస్పందన శక్తి కల్గి ఉండడమే దానికి కారణము. కాని వారు మనలను చూడగలరు. కాని మన కన్న తక్కువ ప్రాణ స్పందన శక్తి గల జీవులు మనలను చూడలేవు. ఈ ప్రాణ స్పందన

నలయాలు విడిగా ఉంటాయి. అందుకే వారి వారి తరగతుల వారితోనే వారి వారికి సంబంధాలు ఉంటాయి. మనమొక దీపకాంతిని, చూచేందుకు శక్యం కానంత వరకు వృద్ధి చేస్తూ పోవచ్చు! కాని ఆ కాంతిని చూడగల్గిన జీవులుంటాయి. అంతేకాకుండా అత్యల్పకాంతి నిచ్చే వెలుతురులో మనం చూడలేము. కాని పిల్లులు, గుడ్లగూబలు మొదలైన ప్రాణులు అట్టిస్థితిలో కూడ చూడగలవు. దీన్నిబట్టి తెలుసుకోవలసింది ఏమంటే మనం ఒకానొక ప్రాణస్పందనాన్ని మాత్రమే చూడగలం.

ఉదాహరణకు వాతావరణాన్ని తీసుకుందాం! వాతావరణం పొరలు పొరలుగా ఏర్పడి ఉంది. భూమికి దగ్గరగా ఉండే పొరలు పైభాగాన ఉండే పొరలకంటే దట్టంగా ఉంటాయి. పైకి పోయేకొద్దీ వాతావరణం పలుచబడి పోతుంది. సముద్రం కూడా ఇటువంటిదే లోతుకు పోయేకొద్దీ నీటిఒత్తిడి అధికమవు తుంది. అట్టడుగుభాగాన ఉండే జంతువులెప్పుడు పైకి రావు. వచ్చినా ఆ స్థితికి తట్టుకోలేక నశిస్తాయి.

విశ్వమాకాశ సంద్రమనీ, ప్రాణవ్యాపారం చేత ఈ ఆకాశములోని పొరలు వివిధ స్పందన స్థితులలో ఉన్నాయని ఊహించినప్పుడు, కేంద్రానికి దూరంగా ఉన్న స్పందనలు మందముగాను, దగ్గరగా ఉండే స్పందనలు ఒకదానికంటె మరొకటి తీవ్రంగా ఉంటాయి. ఒకే విధమైన స్పందనలు ఒక మండలంగా ఏర్పడు తాయి. అప్పుడు కొన్ని కోట్లమైళ్ళ వరకు (ఎత్తు) ఒక తరగతి స్పందన లున్నాయని, మరికొన్ని కోట్లమైళ్ళవరకు అతకంటె ఎక్కువ స్థితి లోనున్న స్పందనలున్నాయని, ఇట్లు వివిధ మండలములుగా విభజింపబడి ఉన్నాయని ఊహింపవచ్చు. ఇందొక మండలంలోఉండే జీవులు, ఒకదాన్ని మరొకటి గుర్తింపకల్గినప్పటికినీ, పైమండలంలో ఉండే జీవులను గుర్తింపజాలవు. కానీ దూరదర్శక, సూక్ష్మదర్శక యంత్రములవల్ల మన దృక్పరిమితి వృద్ధియగు చున్నట్లే, ఏకాగ్రతా రూప ప్రాణశక్తితో (యోగ శక్తితో) పైమండలంలో నుండే స్పందన స్థితిని పొంది, అచట జరిగే సంఘటనలను, జీవులను, దేవతలను మొదలగు వారిని చూడగలం!

మనకు కన్పించని జీవులతో ఈగదినిండి ఉన్నదనుకోండి! అప్పుడవి ఒక స్పందనస్థితిలో ఉండి, మనం వేరొక స్పందన స్థితిలో ఉండడంవల్లనే అవి మనకు కన్పించకున్నాయి. మన స్పందనస్థితి స్థూలమని, వాటి స్పందన స్థితి సూక్ష్మమని తెలుస్తుంది. ఆజీవులు, మనం ఒకే ప్రాణతత్వంతో సృష్టించ బడినాము.

అందరూ ఒకే ప్రాణసముద్రంలోని భాగాలే! స్పందనస్థితిలో మాత్రమే భేదము. నేను సూక్ష్మమగు స్పందన స్థితిని పొందగలిగినచో, నాకీమండలం కన్పించదు. ఎదురుగానున్న మీరు కూడా కన్పించరు. మీరు అదృశ్యమై పైన చెప్పిన జీవులు (దేవతాదులు) కనిపిస్తారు. ఈ విధంగా మన మనస్సుకు ఉన్నత స్పందనస్థితిని కల్గించేశక్తి ఏకాగ్రతారూపయోగములో ఉంది. దీనిలో పరిణిత స్థితి పొందినప్పుడు(సమాధిస్థితిలో) దివ్యదర్శనాలు కల్గుతాయి. ఆ ఉన్నత స్పందనలన్నీ, అతీంద్రియ జ్ఞాన స్పందనలన్నీ ఏకాగ్రతా పరిణామము వల్ల కల్గుతాయి.

స్వామి వివేకానంద తమ "జ్ఞానయోగం" లో విశ్వమతా దర్శము అనే ఉపన్యాసంలో ఏకాగ్రతను గురించి వివరించిన ప్రకరణము మనకింకా స్ఫూర్తినిస్తుంది.

"మనకు గల జ్ఞానార్జన మార్గమొకటే! అధమాధమమానవుని మొదలు మహాయోగీంద్రుని వరకు, అందరికీ ఏకైకమార్గమే కలదు. దీనిని "ఏకాగ్రత" అందురు. పరిశోధనాలయములో పని చేయు రసాయనశాస్త్రజ్ఞుడు, తన మానసిక శక్తులన్నింటిని కేంద్రీకరించి, ఏకాగ్రతతో తన ఎదుటి భౌతిక పదార్థములను ఆ ఏకాగ్రబుద్ధితో పరిశీలించును. వెంటనే ఆ పదార్థముల తత్త్వము బహిర్గతమై, అతడర్జించు చుండిన జ్ఞానములవడును. ఖగోళశాస్త్రజ్ఞుడు కూడ ఇట్లే తన మానసిక శక్తులనన్నిటినీ కేంద్రీకరించి, దూరదర్శిని ద్వారా (Telescope) అంతరిక్షంలోని గ్రహమండలములను, నక్షత్రములను పరిశీలించును. జ్ఞాన సాధనకై యత్నించు ప్రతి వాని యొక్క, బాలురకు బోధించు అధ్యాపకుని యొక్క, పాఠములుచదువు బాలకుని యొక్క, విషయమిట్టిదే! మీరు నా మాటలు వినుచున్నారు. వాని యందు మీకాసక్తి కల్గినచో, మీ బుద్ధి వానిపై కేంద్రీకరింపబడును. (ఏకాగ్రత పొందును.) అప్పుడు గడియారము కొట్టినచో మీకది వినరాదు. మీఏకాగ్రత ఎంత అధికమో, అంత చక్కగా నాభావము మీకు తేటపడును. నాప్రేమను, నామానసిక శక్తులను నేను కేంద్రీకరించు కొలది, నాభావములను నేను కేంద్రీకరించుకొలది, నాభావములను విశదీకరించు శక్తి నాకు ఎక్కువగు చుండును. ఈ కేంద్రీకరణశక్తి ఎక్కువగు కొలది, జ్ఞానార్జన మధికముగు చుండును. ఏలయన, జ్ఞానార్జనకిదియే ఏకైక మార్గము. అతిస్వల్పుడు (పాద రక్షలకు రంగులు వేయువాడు) గూడ తన మనోశక్తి ని కేంద్రీకరించినచో తనపనిని మిక్కిలి బాగుగా చేయగలడు. వంట

చేయువారు బుద్ధిని కేంద్రీకరించి చేసినచో, మామూలుకన్నా పంట బాగుగా చేయగలరు. ధనార్జన యందైనను, మరి ఏ యితర కార్యమందైనను ఏకాగ్రత అధికమగుకొలది, కార్యమెక్కువగ, చక్కగ నిర్వహింపబడుచుండును. ప్రకృతి తన తలుపులు తెరచి, కాంతి పూరములు వెలువరింపవలెనన్న, పిలువవలసిన పిలుపిదియే. తట్టవలసిన తలుపిదియే. జ్ఞానధనాగారమును తెఱువగల తాళపు చెవి ఈకేంద్రీకరణ శక్తి యొకటియే. రాజయోగశాస్త్రము నందు విషయ మించు మించుగా నిదియొక్కటే యని చెప్పనొప్పును. మనప్రస్తుత పరిస్థితిలో, మనలను కలవర పెట్టుకార్యములెన్నియో యుండును. మన మానసిక శక్తులు నూరు తెఱుగులుగ చీలి వ్యర్థమగు చున్నది. నాతలుపులను స్వష్టపరిచి ఏదో ఒక ముఖ్యవిషయముపై బుద్ధని కేంద్రీకరింపచూచితినేని నాకక్కరలేని ప్రేరణలు తలపులు వేసవేలుగా బుద్ధిలోనికి జొరబడి వానిని కకావికలు చేయును. దీనిని ప్రతిఘటించి మనస్సును స్వాధీనములోనికి తెచ్చుమార్గమునే రాజయోగము (ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాస యోగము) నేర్పునది."

4.4 ఏకాగ్రత-దాని ప్రభావము

యోగీభవార్జున!

తపస్విభ్యోధికోయోగీ జ్ఞాని భ్యశ్చాప్యధికో మతః|
కర్మిభ్యశ్చాప్యధికో యోగీ తస్మాద్యోగీభవార్జున ||

"అర్జునా! యోగి తపస్వులకంటె అధికుడు. యోగి జ్ఞానులకన్నా గూడ అధికుడు. యోగికర్మయోగులకన్నఅధికుడు. కావున నీవు యోగివి కమ్ము."

అని భగవానుడు అర్జునునకు యోగివి కమ్మని ఉపదేశించినాడు. అభ్యాసయోగి ఏకాగ్రత రూపసాధన చేయడం వల్లనే అతనికి ఆ స్థానాన్నిస్తున్నారు. జ్ఞాని కన్నా, కర్మిష్ఠికన్నా యోగి గొప్పవానిగా చెప్పడం వల్ల ఏకాగ్రత యొక్క ప్రభావం ఎంతటిదో అర్థం కావడం లేదా? అన్నింటికీ ఏకాగ్రత అవసరమనీ; అన్నిటికన్నా ఏకాగ్రతే శ్రేష్ఠమని తాత్పర్యం. అందుకే భగవద్గీత చివరిలో శ్రీకృష్ణుడు అర్జునుని ఇట్లు ప్రశ్నిస్తున్నాడు.

"కచ్చి దేతత్ శ్రుతం పార్థ! త్వయ్యేకాగ్రేణ చేతసా?"

"అర్జునా! ఈ నాడుపదేశము నీవు ఏకాగ్రచిత్తముతో విన్నావా?" అని. అంటే ఏకాగ్రత సాధించుకొన్న తర్వాతే భగవద్గీతను మనం వినవలెనని భగవానుని హెచ్చరికగా మనం భావించవలసి నట్లు తెలుస్తుంది గదా! భగవద్గీతలో చాలా భాగము ఏకాగ్రతారూప యోగమే చెప్పబడినట్లు గుర్తింపగలము. అర్జునుడు ఏకాగ్రతలో పరిపూర్ణత చెందినవాడు. అతడు ధనుర్విద్యలో ముఖ్యమైన లక్ష్యశుద్ధిని సాధించి, అనేక ఘనకార్యములను ఇతరులకు దుర్లభములైన విజయాలను సాధించినాడు. ఏకాగ్రతా పరీక్షలో గురువులైన ద్రోణాచార్యులకు అభిమాన పాత్రుడైనవాడు పూర్వం విలు విద్యలో, నేడు షూటింగ్ (Shooting) లో లక్ష్యశుద్ధి, గురి అవసరం. ఎంతో ఏకాగ్రత పొందిన వాడు కాని ఈ విద్యలలో నైపుణ్యం సాధించలేడు. పూర్వం విలుకాండ్రులలో ఏకాగ్రత సాధించి, ఏకైక వీరుడై జగదభ్యుదయాన్ని సాధించిన అర్జునుడు ద్రోణునికి ప్రీతి పాత్రుడు కావడంలో వింతలేదు. విద్యాబోధన తర్వాత అస్త్ర విద్యా పరీక్ష పెట్టినాడు ద్రోణుడు. ఏకాగ్రతా నిర్ణయమునకే ఈపరీక్ష.

చాలా ఎత్తైన వృక్షం యొక్క చిటారు కొమ్మలో ఒకచిన్న పక్షిబొమ్మను నిల్పి మొదటగా ధర్మరాజును పిల్చి పక్షిని చూపి, దాని తలకు గురిపెట్టమన్నాడు ద్రోణుడు. అంతే కాకుండా "నీకు పక్షి శిరస్సుకన్పించిందా? ఇంకా ఏమేమి కనిపిస్తున్నాయి?" అని ప్రశ్నించినాడు. దానికి సమాధానంగా ధర్మరాజు పక్షిశిరస్సు చెట్టుకొమ్మలు, ఆకాశము అన్నీ కన్పిస్తున్నాయి అన్నాడు. తక్షణమే ద్రోణుడు "ఛీ! నీకేకాగ్రత లేద"ని నిందించి, దుర్యోధనాదులను ప్రశ్నించాడు. అందరూ అదే సమాధానం. దానితో వారందరికీ తగిన ఏకాగ్రత లేదని, అయోగ్యులని తిట్టిపోసి, ప్రక్కకు నెట్టించి, అర్జునుని పిలిచి, అదే ప్రశ్న వేసినాడు. అర్జునుని సమాధానం విభిన్నంగా ఉంది. "నాకు పక్షిశిరము తప్ప వేరేదీ కనిపించడం లేద"న్నాడు. అదివిని పరమానంద భరితుడై ద్రోణుడు పక్షిని బాణంతో కొట్టమని ఆజ్ఞాపించినాడు. తక్షణమే బాణం సంధించి అర్జునుడు కల్పిత పక్షి నెగురు కొట్టినాడు. శిష్యుని ఏకాగ్రతకు గురువు పరమానంద భరితుడైనాడు. అట్టి ఏకాగ్రతను బాల్యలోనే పొందిన ఘనుడు అర్జునుడు. అందుకే గీతాబోధనకు అతడే అర్హుడైనవాడు!

ఏకాగ్రతా ప్రభావానికి మరొక దృష్టాంతం! శ్రీ దత్తాత్రేయులవారు అవధూతగా సంచరించేటప్పుడు ఒక త్రోవలో పోతున్నారు. దారిమధ్యలో

ఒకచోట, దారి చీలియున్నది. ఆ రెండింటి నడుమ ఒక కొలను ఉంది. దాని ఒడ్డును ఒక బెస్తవాడు తనగాలంతో చేపలు పడుతూ కూర్చున్నాడు. అవధూత వానితో ఈ రెండు దారులలో ఏది ఎక్కడ వెళ్ళుతుందో చెప్పమన్నాడు. కాని వాడు పలుకలేదు. గాలమువైపే తదేకదృష్టితో చూస్తున్నాడు. గాలము వద్దకు చాలా సేపటివరకు చేపలేవీరాలేదు. పరిసరాలలో వేరెవ్వరూ లేరు. వీడు పలుకడు. చేసేది లేక అవధూత వాని వద్దనే నిల్చి చూస్తున్నాడు. కొంతసేపటికి చేప గాలానికి చిక్కుకున్న తర్వాత గాలంతో దానిని బైటకులాగినాడు. అప్పుడు అవధూతను చూచి నమస్కరించినాడు. అప్పుడు స్వామి "త్రోవ విషయమేమో గాని ధ్యానస్థితిలో ఏకాగ్రత ఇట్లుండవలెనని నాకుమంచి ఉపదేశం చేసినావు. నీవు నాకు గురువువు" అని బెస్తవానికి చెప్పియథేచ్ఛగా వెళ్ళినాడు. ఇదీ ఏకాగ్రత యొక్క మహిమ.

సర్వకార్యసిద్ధులకు ఏకైక సాధనము ఏకాగ్రతే!

టిట్టిభవృత్తాంతము:-

మహాభారతంలోని ఒక చిన్న కథ మనకు ఏకాగ్రతతో తదేక దీక్షతో ప్రయత్నాన్ని కొనసాగించేవానికి తప్పక విజయం లభిస్తుందని తెల్పి, తగిన స్ఫూర్తినిస్తుంది.

ఒకప్పుడు సముద్రతీరంలో, పక్షుల జంట ఒకటి కాపురం ఉండేది. ఆ పక్షిదంపతులు గుడ్లుపెట్టి తమ గూడులో భద్రపరచి, తిండిగింజలకోసం ఎక్కడెక్కడో పగలంతా తిరిగి, రాత్రికి గూడు చేరేవారు. పూర్ణిమకు సముద్రం ఉప్పొంగడం సహజం. ఆవిధంగా ఉప్పొంగిన సముద్రం అలలతో ఈ పిట్టల గూడును గుడ్లతో సహామింగివేసింది. అది చూచి ఆ పక్షులు విలపించినాయి. ఒకసారి కాకుండా ఎన్నో సార్లు ఇట్లే జరుగుతూఉంది. చివరికి మగపక్షికి సముద్రంపై కోపం వచ్చింది. తనవంశాన్ని నాశనం చేస్తున్నాడనే ఆక్రోశంతో సముద్రునితో "ఓరీద్రోహీ! నావంశాన్ని నాశనం చేసేందుకు కంకణం కట్టుకున్నావా? నిన్నేమి చేస్తానో చూడు! నీస్వరూపమేలేకుండా నశింపచేసి నాపగతీర్చుకుంటానని" ప్రతిజ్ఞ చేసింది. వెంటనే తన ప్రయత్నం ప్రారంభించింది. సముద్రంలోని నీటిని వెదజల్లేందుకు తన ముక్కుతో ఒక గడ్డిపోచ పట్టుకొని సముద్రంలో ముంచి, ఒడ్డుకు తెచ్చి

ఆపకుండా కొనసాగిస్తూనే ఉంది. భర్తకు భార్యతోడయ్యింది. రెండు పక్షులు నిరంతరం ఇదే కార్యంలో నిమగ్నులైఉన్నారు. నిద్రాహారాలు మాని రాత్రింబవళ్ళు కొన్నిరోజులు శ్రమించే సరికి నీరసించినాయి. వాటితోటి పక్షులువచ్చి "ఇది చాలా మూర్ఖయత్నం. సముద్రంతో శత్రుత్వం తగునా? అసాధ్యమైన దానికై ప్రాణములు తీసుకోవడం వివేకంకాదు. ఈ ప్రయత్నాన్ని విరమించుము" ని హితం చెప్పినాయి. ఎవ్వరేమన్నా పక్షిజంటమాత్రం విడువక నిరంతరం తమ పని చేస్తునే ఉంది. ఆఏకాగ్రతాదీక్షా మహిమ వల్ల అక్కడకి నారద మహర్షిరావడం తటస్థించింది. ఆ పక్షి చేసే పని ఆయనకు ఆశ్చర్యం కల్గించింది. విషయం ఏమన్నాడు? తనపని నిలుపకయే విషయాన్ని వినరించింది. "ఈద్రోహిని నీరులేకుండా చేస్తాను సెలవిండ" ని విన్న[illegible] తన పనిని కొనసాగిస్తూనే ఉంది. దాని ఏకాగ్రతాదీక్షకు అబ్బురపడిన నారదుల వారు నేరుగా వైకుంఠానికి వెళ్ళి, ద్వారము వద్దనే ఉన్న గరుడుని చూచి "ఏమయ్యా నీవు పక్షిరాజువేకదా! వైకుంఠంలో కులుకుతూ ఉండడమేనా? లేక నీ పక్షిజాతి కష్టనష్టాలను పట్టించుకోవడమేమైనా ఉందా?" అని పరుషంగా మాట్లాడినారు. వెంటనే గరుడుడు కంగారు పడి "ఏమిస్వామీ! ఏంజరిగింది?" అని ప్రశ్నించినాడు. స్వామి వివరించినాడు. వెంటనే విష్ణువు అనుమతిగైకొని, సముద్రంవద్దకు వచ్చినాడు. ఆచిన్నపిట్ట యొక్క కార్యదీక్షకు ముగ్ధుడైనాడు. వెంటనే సముద్రుణ్ణి హెచ్చరించి "ఒకరెక్క విదిలింపుతో నిన్నెండింపజేస్తాను" అని హుంకరించినాడు. సముద్రుడు రూపముగొని వచ్చి గరుడుని శరణువేడి, ఆపిట్టగుడ్లన్నీ వెంటనే తెచ్చి సమర్పించినాడు. గరుడుడిట్లు తనజాతివాని కార్యాన్ని నెరవేర్చినాడు. అప్పుడు ఆపిట్ట తన దీక్షమాని సంతోషించింది. ఏకాగ్రతాప్రభావం ఎట్టిదో తెలిసింది కదా!

4.5 ఏకాగ్రతలో అంతరువులు (Stages (or) Classes)

ఏకాగ్రత, మనంనిర్ణయించికున్న అశాన్ని బట్టి, సూక్ష్మంగా స్థూలంగా ఏర్పడుతుంది. లౌకిక విషయాలపై ఏకాగ్రత ఆపనిని బట్టి విస్తరిస్తున్నది. ఉదాహరణకు ఒకనాటకం చూస్తున్నాం. 2,3 గంటలు అనాటకంలోని పాత్రలు, కథ, సన్నివేశాల మీద మొత్తం నాటకం మీద, ఆ 2,3 గంటలసేపు ఏకాగ్రత పరుచుకొని ఉంటుంది. అట్లే ఒకపుస్తకం, కథ, నవల ఏదైనా ఆసక్తికరంగా ఉంటే, ఆపుస్తకం చదివేంతవరకు మన ఏకాగ్రత ఆ పుస్తకంలోని అంశాలన్నిటిపై విస్తరించి ఉంటుంది.

ఇట్లే అనేక విషయాలు కలిసిన సంగతులపై ఏకాగ్రత విస్తరిస్తుంది కదా! దీని కన్నా సూక్ష్మమైన ఏకాగ్రత రసాయనిక, ఖగోళ, భౌతిక శాస్త్రపరిశోధనలలోని ఏకాగ్రత.

ఇంక ఆధ్యాత్మికంగా ఏకాగ్రతలోని అంతరువులను పరిశీలిస్తాం! చెప్పబోయే అంశాల ఒకదానికన్నా సూక్ష్మమైనవి. గాఢమైనవి. ప్రభావవంతమైనవి.

1. పూజా పురస్కారవములలో ఏకాగ్రత:– ఈ రకమైనది పూజాసంభారవములమీద, మంత్రోచ్చారణపైన, విగ్రహాలకు జరిపే పూజాక్రియలపైన, భగవంతుని మూర్తి(విగ్రహం)పైన, వీటన్నిటిపైన కలిసిన ఏకాగ్రతగా గుర్తింపవలె.

2. స్తోత్ర పారాయణాలలో ఏకాగ్రత:– ఈ స్తోత్రవములల్లో (పారాయణము) పఠనములల్లో మిగిలిన వస్తువులు క్రియలుండవు. కేవలము స్తోత్రశ్లోకాలపైనే ఏకాగ్రంగా ఉంటుంది. కాబట్టి పైనపేర్కొన్న పూజా పురస్కారాల పై కళ్లే ఏకాగ్రతకన్నా ఇది సూక్ష్మమైనది.

3. జపంలో ఏకాగ్రత :–ఏదైనా ఒక మంత్రాన్ని జపించేటప్పుడు, ఆ మంత్రంలోని అక్షరాలన్నింటిపైనే ఏకాగ్రత కల్గుతుంది. అక్షరసంఖ్య పరిమితం అయ్యేకొద్దీ ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. స్తోత్రపారాయణలపై ఏర్పడే ఏకాగ్రతకన్నా ఇది సూక్ష్మమైనది. ప్రశస్తమైనది. అందుకే భగవానుడు గీత- విభూతియోగంలో **–యజ్ఞానాం జపయజ్ఞోస్మి–యజ్ఞాలలో జపయజ్ఞాన్ని నేను** అని చెప్పినాడు. దీన్నే ఇంకా వివరించుకోవడంవల్ల జపవిధానంలోని రహస్యం బోధపడుతుంది. జపమంత్రాలలో అక్షరసంఖ్య తగ్గేకొద్దీ ఏకాగ్రత సూక్ష్మమై ప్రభావవంతమౌతుందని చెప్పుకొన్నాం! వర్ణమాతృకల జపము(ఏకాక్షరం) త్ర్యక్షరములైన మంత్రములు సూక్ష్మాతిసూక్ష్మమై, మహాప్రభావవంతమైన ఏకాగ్రతను కల్గిస్తున్నాయి. ఇవన్నీ శబ్దంపై ఏకాగ్రతను ప్రసాదించేవి. ఇంక ప్రణవజపం(ఓంకారం) మహోత్కృష్టమైన ఏకాగ్రతను ప్రసాదించి, ధన్యులను చేస్తుందని ఉపనిషత్తులే కొనియాడుతున్నాయి.

"తస్యవాచకః ప్రణవః" – పతంజలి యోగసూత్రములు

భగవంతుని తెల్పుపేరు ప్రణవమే. ప్రణవార్థమే భగవత్తత్త్వము. అందుకే

ఏకాగ్రతసూక్ష్మమయ్యేకొద్దీ పెరిగేప్రభావాన్ని లెక్కగట్టి, ఋషులట్లా నిర్ణయించినారు.

"పూజాకోటి సమం స్తోత్రం – స్తోత్రకోటి సమం జపః
జపకోటిసమం ధ్యానం– ధ్యానకోటిసమం లయః" –భారతం (ఉత్తరగీత)

కోటి పూజలు ఒక స్తోత్రంతో సమానం. కోటిస్తోత్రాలు ఒక జపంతో సమానం. కోటిజపాలు ఒక ధ్యానంతోసమానం. కోటి ధ్యానాలు ఒక లయంతో –అంటే అఖండానంద బ్రహ్మానుభవంతో – సమానం.

ఇంతవరకు శబ్దం వినడం, పలకడంలోని ఏకాగ్రతా విశేషాలను వివరించుకున్నాం! సంగీతంలోని నాదోపాసన కుడా ఈ విధానంలో జేరునదే! ప్రార్థనాదులల్లో, వేదమంత్ర పఠనాదుల్లో కూడా శబ్దంపై ఏకాగ్రం చేయుటయునే దాన్ని గమనించవచ్చు. తరువాతి విషయం దృశ్యంపై ఏకాగ్రత.

4.6 దృశ్యముపై ఏకాగ్రత

ఈ దృశ్యజగత్తును మనం జ్ఞానేంద్రియ పంచకంతో గ్రహిస్తున్నాం. అవి.

శబ్ద, స్పర్శ, రూప, రస, గంధములు. (1) కన్నులతో చూడడం (2) చెవులతో వినడం. (3) ముక్కుతో వాసన చూడడం. (4) నాలుకతో రుచిచూడడం. (5) చర్మంతో స్పర్శ (తాకుట)పొందడం.

పై ఐదింటిలో వినడం–చూడడం అనే రెండింటి వల్లనే దాదాపు మన అనుభవమంతా ఉన్నట్లు తేల్చవచ్చు. రూపంచూడడం, శబ్దం వినడం. అనేవి మిగిలిన వాటికన్నా ముఖ్యమైనవి. మన కన్నులకు కనిపించే వస్తుజాతము వీడివిడిగా, కలిసి సమిష్టిరాశిగా కన్పిస్తుంది. కావున ప్రపంచాన్ని (జగత్తును) తెలుసుకోవడానికి కన్నులు ముఖ్యస్థానం పొందింది. అందుకే "నేత్రే సర్వం ప్రతిష్ఠితమ్." కన్నులలోనే అంతా నిలిచిఉంది. అని అన్నారు.

శబ్దం –ప్రపంచాన్ని గుర్తించేందుకు రెండవదిగా వుంది. జ్ఞానసాధనాలైన ఐదింటిలో (జ్ఞానేంద్రియాలు) మిగిలినమూడు కేవలం మన శరీరానుభవంతో స్పర్శ–రుచి–వాసన–గ్రహింపగలవిగా నున్నాయి. కాబట్టి జ్ఞానాన్ని పొందేందుకు (తెలుసుకొనేందుకు) ముఖ్యమైనవి (1) కన్నులు (2) చెవులు మాత్రమే! ఈరెండింటికీ మళ్ళీ భేదముంది. రెంటిలో కన్నులే మిక్కిలి ప్రభావవంతములు. శ్రవణేంద్రియం, దృగింద్రయం వలె ప్రభావవంతంగా జ్ఞానాన్ని పొందేందుకు

సాయపడదు. కాబట్టి మనస్సును ఏకాగ్రం చేసేందుకు కన్నుల ద్వారానే సులభం సూక్ష్మం అని అర్థం చేసుకోవచ్చు. ఈ దృశ్యజగత్తు, దీనికి కారణమైన సూక్ష్మజగత్తు అందలి విశేషాలు గ్రహించేందుకు ముఖ్యసాధనం కన్నులే. అంతేకాకుండా మరొకవిశేషం ఏమంటే వినడంతో పొందిన జ్ఞానం కూడా మళ్ళీ చూడడం వల్ల ఖాయపర్చుకోవలసిందే కదా! బాహ్యదృష్టిలేని పుట్టుగ్రుడ్డి కూడా తన భావనేత్రంతో (ప్రజ్ఞాచక్షువు)తో చూడడం జరుగుతుంది. అందువల్లే మంత్ర, లయ, హఠ, రాజయోగాలలో, రాజయోగమే ప్రాధాన్యత పొందు తూంది అని నిర్ణయించుకోవచ్చు! అసలు యోగమంటే కూడిక- జతచేయుట -అని కదా అర్థం. అంటే మనస్సును సత్పదార్థముతో చేర్చడం అని సామాన్యంగా చెప్పుకోవచ్చు. ఆజత చేయడం వల్ల జ్ఞానం పొందవచ్చు. రాజయోగం అంటే ప్రకాశముతో(తేజస్సుతో) యోగము-లేదా యోగాలల్లో శ్రేష్టము అని వ్యాఖ్యానించారు. భావనతోనైనా మళ్ళీ కన్పించాల్సిందే కదా! అందుకే జగత్తు దృశ్యమని చెప్పినారు. ఈ రాజయోగంలో చూడడం ముఖ్యంగా ఉన్న ఏకాగ్రతయే మూలం. కావున వినడంపై ఏకాగ్రం చేయడంకన్నా, చూడడంతో ఏకాగ్రం చేయడవే సులభం అని నిర్ణయించు కోగలం! అందుకే **"దృగ్యుగ్మంలీయతే యత్ర మనస్తత్రైవ లీయతే"** అన్నారు. **(రెండుకన్నుల) చూపు ఎక్కడ లీనమవుతుందో అక్కడనే మనస్సు లీనమగును (ఏకాగ్రంచెందును) అని అర్థం.**

విగ్రహములపై ఏకాగ్రత:

దేవాలయాలలో విగ్రహాలు- శిల్పనైపుణ్యంతో తయారుచేసినట్టి- వానిపై ఏకాగ్రతతో దృష్టి నిల్పడం సాధనా మార్గంలో ఒకపద్ధతి. అసలు విగ్రహారాధనలో పరమోద్దేశ్యం అదే! పుణ్యక్షేత్రాలలో జరిగే అలంకార విశేషాలతో నున్న విగ్రహాలపై ఏకాగ్రం చేయవచ్చు! కాని దర్శనమాత్రంతోనే ఏకాగ్రత కల్గేందుకు అవకాశం లేదు. విష్ణు, లక్ష్మి, దుర్గ, రామ, కృష్ణ మొదలగు దేవతా విగ్రహాలను భక్తులు వారి ఇష్ట దేవతలుగా భావనలో చేర్చుకొని ఏకాగ్రంచేయవచ్చునేమోగాని, వారు ఒకప్రణాళికా బద్ధమైన పద్ధతిలో చేయనప్పుడు అది సుస్థిరం కాదు. అదీ చాలా విరళంగా ఉంటుంది.

అసలు ఆగమ శాస్త్రం తయారుచేసిన ఋషులు మన మీద అపారకరుణతో విగ్రహారాధనేర్పరచి మహోపకారాన్ని చేసినారు. విగ్రహారాధన

తో క్రమంగా ఏకాగ్రత సాధించి ఆయాదేవతా విగ్రహాలను మన భావనలో సుస్థిరంగా దర్శించగల్గడమే పరమోత్కృష్టస్థితి. విగ్రహాలల్లో కాళ్ళు, చేతులు, ముఖము వంటి అవయవాలతో తీర్చిదిద్దిన శిల్పాకృతిని ఏకాగ్రంచేసి, స్థిరంగా నిలుపుకోవడం కన్నా, శివలింగం ఏకాగ్రత పొందేందుకు మంచి సాధనం అని పెద్దలు చెప్తారు. అనుభవంతో కూడా అదే తెలుతుంది. దానికి కారణం హస్తపాదాది అవయవములు లేని ఒకబింబముపై చూపునిలుపుట సులభం. ఇళ్ళల్లోని పటములు, సాలగ్రామములు, విగ్రహములు, ఇవన్నీ ఏకాగ్రతా సాధనములే అని చెప్పవచ్చు! కాని క్రమమైన అభివృద్ధికి సాధనచేసే ప్రణాళిక చెప్పేవారు కాని, క్రమంగా చేసేవారు కాని లేరు. పూజా కార్యక్రమాలను కర్మకాండవరకే పరిమితం చేసుకున్నారు. ఏదైనా భగవద్భావనతో ఏ కొంతసేపైనా, ఏకాగ్రత కల్గుటకు ఇవన్నీ ఆధారాలుగా ఉన్నవని తృప్తి పడవలసిందే కాని, కావలసినంత ప్రయోజనము పొందలేకున్నారు.

ఏకాగ్రత–సూక్ష్మలక్ష్యము

అంతేకాకుండా సూక్ష్మాతి సూక్ష్మమైన, దృఢమైన ఏకాగ్రతపొందితేకాని, బాహ్యజగత్తుకంటేవేరైన దీనికంతా కారణమైన ప్రభావవంతమైన అంతరజగత్తు, సూక్ష్మప్రపంచం, దానిలోని దేవతలు, చక్రాలు, ఇంకాప్రభావవంతమైన విశేషాలు, తెలుసుకోవడానికి శక్యం కాదు. మనమింతవరకు మొక వివరించుకున్న ఏకాగ్రతాపద్ధతులు క్రమంగా అభ్యాసం (సాధన) చేసినప్పుడే సూక్ష్మమగు ఏకాగ్రతకు ఉపయోగిస్తాయి. కాని ఈ విధానం ప్రచారంలో లేదు.

మనమీవివేమునతో ఏకాగ్రత సూక్ష్మమయ్యేకొద్దీ ప్రభావవంతం, శక్తివంతం అవుతుందని తెలుసుకున్నాం. అంతేకాక సూక్ష్మప్రపంచ విశేషాలు, దేవతా దర్శనాలు, షట్చక్రాలు, సూక్ష్మశరీరం, శ్రీచక్రం–శ్రీచక్రదేవతా దర్శనాలు, చేయగలమని తెలుసుకున్నాము. శ్రీ గురువులు ఈ విధానాన్ని మొదటి తరగతి (ప్రారంభతరగతి) నుండి క్రమంగా పైన తెల్పిన మహాదివ్యదర్శనాలు, స్వర్గాది లోక గమన దర్శనాదుల వరకు ఒక క్రమబద్ధమైన ప్రణాళిక తయారు చేసి, అభ్యాసకులకు ప్రసాదించి, లోకోత్తరమైన మహోపకారం చేసినారు. ఏకాగ్రతను సమాహితం చేస్తూ, ఏ విధంగా క్రమంగా పెంచుతూ విద్యలను పొందాలో, అటువంటి ప్రణాళికను (సిలబస్) లోకాని కొసగినారు. భగవద్గీత, శాండి

ల్యోపనిషత్, పతంజలి యోగసూత్రములు, మొదలైన శాస్త్రగ్రంథాలలో, వేదాలల్లో చెప్పబడినవే ఆ విద్యలు.

ఎంతో సమాహితం(ఏకాగ్రత) పరిపాకం చెందితేగాని ఆస్థాయినందు కొనేందుకు సాధ్యం కానట్టివి ఆ విద్యలు. కాని శ్రీ గురువులు ఏర్పరచిన ఈ అభ్యాసయోగ దర్శనాలను పూర్తి క్రిందిస్థాయి నుండి ప్రారంభింపచేసి, క్రమంగా అభివృద్ధి చేయించే పద్ధతి మరెక్కడా కన్పించడం లేదు. నేటి ఆధ్యాత్మికసంస్థలు ఎన్నెన్నో యోగపద్ధతులను పరిచయం చేస్తున్నా, ఒక్కొక్కటి ఒక్క పద్ధతినే ప్రచారంగా ప్రాముఖ్యాన్నిచ్చి, సాధకులకు అంతవరకే చెప్పగల్గుతున్నాయి. ఇంకో ముఖ్యవిషయం అందరికీ ఒకే విధానాన్ని బోధిస్తున్నాయి. తరగతులవారీగా సాధనాక్రమాన్ని ప్రబోధించడం లేదు. ఈ తేడాలను గుర్తించగల్గిన సాధకులను ఈఆత్మవిజ్ఞాన కళాశాల సహృదయంతో సాదరంగా ఆహ్వానిస్తోంది. తదభ్యాసకులు ఈపద్ధతి ననుసరించి, తమతమ జీవితాలను సార్థక మొనరించుకోగలరని ఆశిస్తున్నాం!

4.7 అగ్రత - రకాలు

ఏక + అగ్రత = ఏకాగ్రత ఏక = ఒక్కటే

అగ్రత = ఎదురుగా వున్నది. దాని స్థితి, ఏకాగ్రత.

మనస్సు ఒక్కదానియందే నిల్పడం ఏకాగ్రత. ఆఏకాగ్రత లేనిస్థితులను క్రిందివిధంగా వింగడించవచ్చు. అవి (1) భిన్నాగ్రత (అనేకాగ్రత) (2) నిరగ్రత (3) సమగ్రత.

1) అనేకాగ్రత(భిన్నాగ్రత):-ఈస్థితిని మనం నిత్యజీవితంలో ఎల్లప్పుడూ పొందుతూనే ఉన్నాం. అనేకవిషయాలపై ఒకేసారి మన భావాన్ని (ఆలోచనను) ప్రసరింపజేయడమే అనేకాగ్రత. ఇంటివద్ద, బజారులోను, వ్యవహరించేటప్పుడు అనేక సంగతులపై మనస్సు పని చేస్తుంటుంది గదా!

2) వ్యగ్రత :- అనేక విషయాలపైకాని, లేక ఒకే విషయంపై కాని కలవరం చెందిన స్థితినే వ్యగ్రతగా చెప్పుకోవచ్చు.

3) నిరగ్రత:-కొన్నికొన్ని సందర్భాలలో మనం ఏదీ పట్టించుకోకుండా ఉండే ఉదాసీనస్థితి ఇది. ఉదాసీనవదాసీనః అనే ఆధ్యాత్మసాధనలో సాక్షిమాత్రంగా నిలిచేవరకు ఈస్థితిని పొందవచ్చు.

4) సమగ్రత:- సర్వంఖల్విదం బ్రహ్మ అనే పరిపూర్ణ అద్వైతానుభవమే ఇట్టిస్థితిగా పేర్కొనవచ్చు. ఏకాగ్రత క్రమంగా పరిపాకస్థితిని పొందినప్పుడు ఏర్పడునదే ఈ సమగ్రత.

4.8 తపస్సు అంటే ఏకాగ్రతే !

"మనసశ్చేంద్రియాణాం చ యదైకాగ్ర్యం పరంతపః"

-- జ్ఞానవాశిష్ఠము

మనస్సు, ఇంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేయడమే పరమోత్కృష్టమైన తపస్సు. తపస్సంటే ఏకాగ్రతే. అడవులకు వెళ్ళి, అన్నింటినీ విడిచి పెట్టినప్పుడే తపస్సు చేయడం సాధ్యమైతుందని మనం సాధారణంగా అనుకుంటుంటాం. కాని అది చాలాపొరపాటు. భాగవతంలో గృహమే తపోవనంగా మార్చుకునే ఉపాయం చెప్పబడింది.

వనేషుదోషాఃప్రభవంతిరాగిణః గృహేషుపంచేంద్రియనిగ్రహస్తపః /
అకుత్సితే కర్మణియః ప్రవర్తతే నిరస్తరాగస్య గృహం తపోవనం॥

అమిత విషయాసక్తి కలవాడు అడవులందున్నప్పటికీ అనేక(రాగాది) దోషాలను పొందుతాడు. గృహమునందున్నప్పటికీ ఇంద్రియాలను మనస్సును నిగ్రహించడమే తపస్సు. దుష్టకార్యములందు ఎవడు ప్రవర్తింపకుండునో (వానికి) రాగము లేని వానికి గృహమే తపోవనముగా మారుతున్నది.

కాబట్టి గృహస్థులై వ్యవహారములో ఉండే ప్రతి ఒక్కరు ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాస పద్ధతిని ఆశ్రయించి అభ్యుదయం పొందవచ్చునని తెలుస్తుంది.

కొంత జీవిత సరళిని మార్చుకొని, మంచిశీలాన్ని అలవర్చుకొని, శ్రద్ధాసక్తులతో ఏకాగ్రతను అభివృద్ధిని చేసుకోవచ్చు. భగవద్గీతలో 17 వఅధ్యాయంలో తపస్సులలో విభిన్నరకాలు చెప్పబడినాయి. అవి కాయిక-వాచిక-మానసిక తపస్సులని ఒకవిభజన. రాజస-తామస-సాత్త్విక తపస్సులని మరొక విభజన చేయబడింది. ఈ మూడింటిలో సాత్త్విక తపస్సు ఉత్తమోత్తమ మైనది. సాత్త్విక తపస్సంటే ఏకాగ్రతా రూప పరిణామమే అని వివరించబడింది. జ్ఞానవాసిష్ఠంలో వశిష్ఠమహర్షి శ్రీరామునితో చెప్పినట్లు తపస్సులంటే ఏకాగ్రతయే అని తెలియుచున్నది. భాగవతాది పురాణాలవల్ల బ్రహ్మ జగత్సృష్టి కర్తగా మారి, సృష్టి చేసేందుకు సమర్థుడుగావడానికి కారణం ఏకాగ్రతారూపతపస్సేఅని తెలుస్తుంది.

తైత్తరీయోపనిషత్తులో భృగువు, పితృదేవుడగువరుణునితో బ్రహ్మతత్త్వం తెలుసుకోగోరే సందర్భంలో, ఈ ఏకాగ్రతారూప తపస్సు చేతనే అన్నమయాది పంచకోశాలను (అన్నమయ, ప్రాణమయ, మనోమయ, విజ్ఞానమయ, ఆనందమయ) క్రమంగా తెలుసుకుంటూ చివరిదైన ఆనంద మయాత్మను తెలుసుకొని ధన్యుడైనట్లు చెప్పబడింది. లోకంలో ఏరంగంలోనైనా సరే, మహాకార్యాన్ని సాధించిన ఏ వ్యక్తిగానీ, ఏకాగ్రతా సాధనతోనే లక్ష్యాన్ని చేరినట్లు గమనించగలం! ఏకాగ్రతా మహిమకు పరాకాష్ఠగా శివాద్వైత నిర్ణయం లో అప్పయ్య దీక్షితుల వారిక్రింది వాక్యాలను పేర్కొనవచ్చు.

అత ఏవ భగవతః కృష్ణస్య ఉపాస్య కర్మణ్యాభ్యాసాత్
చిరనిరంతరైకాగ్ర్యాత్ బ్రహ్మసాక్షాత్కారేణ, జగదైశ్వర్య
ప్రాప్త్యా, అర్జునాయ తత్ప్రకాశనంగీతా సుదృశ్యతే.

భగవంతుడైన శ్రీకృష్ణుడు ఉపాసనా కర్మ యందభ్యాసం వల్ల, చిరకాలం నిరంతరంగా సాధనచేసిన ఏకాగ్రతవల్ల, బ్రహ్మసాక్షాత్కారంతో జగదైశ్వర్యం పొంది, అర్జునునికి బ్రహ్మప్రకాశమునొసర్చడం గీతలో కనిపిస్తుంది. అనిపై వాక్యాల సారాంశం అంతటి మహోత్కృష్ట స్థితి చిరకాల నిరంతరాభ్యాసం వల్లనే కలుగుతుందనే మహత్తర ప్రబోధాన్ని అర్థం చేసుకోగల్గినప్పుడే ఏకాగ్రతా మహిమ బోధపడగలదు.

ప్రకృతి విజేతలు, గణిత ఖగోళ, భౌతిక శాస్త్రాది విజ్ఞాన సంపన్నులైన శాస్త్రజ్ఞులు (Scientists) మొదలైనవారు ఈ ఏకాగ్రతా రూప తపస్సుతోనే విజయాలను సాధించి జగదభ్యుదయాన్ని కల్గిస్తున్నారు. ఈ ఏకాగ్రతను క్రమంగా అభివృద్ధి చేసుకునే విధానాన్ని తెలియపరచడమే మా ఆధ్యాత్మదర్శన అభ్యాసయోగము యొక్క ముఖ్య లక్ష్యం.

4.9 ఏకాగ్రత–సూక్ష్మలక్ష్యము

లక్ష్యము సూక్ష్మమయ్యే కొద్దీ ఏకాగ్రత చాలా ప్రభావవంతంగ ఉంటుంది. ఏక+అగ్రత అంటే ఏకము ఒక్కటి అని అర్థము. అంటే కొన్ని వస్తువులు కలిసి ఒక రాశిగా మారినప్పుడు అది ఒకే వస్తువుగా చూడబడుతుంది. ఈ భౌతిక ప్రపంచములోని ప్రతి పదార్థము కూడ అణువులతో నిండినట్లుగా పూర్వకాలములో వైశేషిక మతము, యిప్పటి కాలములో భౌతిక శాస్త్ర పరిశోధనలు నిరూపించినాయి. సృష్టిలోని సమస్తము అణునిర్మితమే! ఈ

అణువులు కూడ సూక్ష్మాతి సూక్ష్మముగా విభజింపబడినప్పుడు పరమాణువులు అవుతాయి. హైడ్రోజన్ బాంబు వంటి మహాశక్తివంతములైన చిన్ని అణు విస్ఫోటనము వల్లనే సృష్టింపబడుతున్నాయి. అంటే వికేంద్రీకరణము చేయబడిన అణువులు మహాశక్తివంతములని తెలుస్తున్నది. జీవులలో ఉండే జీవకణాలు అన్ని కూడ అణుమాత్రములే అని పూర్వులు, అధునికులు కూడ నిరూపించినారు.

భౌతిక శాస్త్రములో (Physics) శక్తినిత్యత్వసూత్రము(Law of the Persistance of Force) చాల ముఖ్యమైనది. (చైతన్యం) శక్తి నిత్యమైనది. అంటే దానికి అంతము లేదు. నాశనము లేదు. అవి ఎన్నెన్నో రూపాలను ధరిస్తుంది. రూపాలను మారుస్తూఉంది. అంతటా వ్యాపించి ఉంది. అది చేసే పనులను బట్టి మనము దానిని తెలుసు కుంటాం.సృష్టి స్థితి లయాలకు కూడ ఆశక్తియే కారణము. శక్తి మనకంటికి కనిపించదు. జరిగిన పనిని బట్టి శక్తి ప్రసరించినట్లు ఋజువు అవుతుంది. అందుకే శక్తిః కార్యానుమేయా అని నిర్వచించినారు. విద్యుచ్ఛక్తి ప్రసరించి బల్బు వెలుగడము, Fan తిరగడము వంటి పనుల వలనే మనము శక్తిని గుర్తించ కలుగుతున్నాము. అంటే క్రియ – ప్రతి క్రియల వల్లనే శక్తిని తెలుసుకొనవచ్చును. క్రియ(Action) ప్రతి క్రియ (Reaction)ల వల్లనే శక్తి ఉద్భవిస్తుంది. అవి ఋజువు అవుతుంది.

లక్ష్యము సూక్ష్మమయ్యే కొలది ఏకాగ్రత మిక్కిలి ప్రభావవంతము అని చెప్పుకున్నాము. వాహనములకు చలన శక్తి నొసగే పెట్రోలు వంటి ఇంధనములు సూక్ష్మరంధ్రము నుండే ప్రసరిస్తాయి. అట్లే నీటి ప్రవాహము సన్న కాలువలలో యిరుకైన కొండవాగులలో మిక్కిలి వేగముగా ఉంటుంది. భూతద్దములో నుండి సూర్యకిరణములు ప్రసరించినప్పుడు మంట పుట్టి క్రింద నుండే వస్తువులను కాలుస్తుంది. అట్లే మనలో నున్న చైతన్య శక్తి(మనశ్శక్తి) సూక్ష్మమైన లక్ష్యముపై ఏకాగ్రము చేసినప్పుడు అత్యధికమైన ప్రభావము కలిగి ఉంటుంది. దీనివల్లె అత్యధిక విశేషాలను, ఫలితాలను, దివ్యదర్శనాలను, దివ్యశక్తులను, పొందవచ్చు అనడంలో సందేహము ఏమీలేదు.

మనము నిత్యకృత్యము చేసుకొనే పూజాస్తోత్ర జపములలో ఈ ఏకాగ్రత లోపించడము వల్ల తగిన ఫలితము లభించడము లేదు. పూజాదులలో ఏకాగ్రతకు తగిన స్థితికూడ ఉండదు. కేవలము ఇవి చిత్తశుద్ధివి కొంత ప్రశాంతతను మాత్రమే యివ్వగలవు. కాని ఏకాగ్రతను సూక్ష్మలక్ష్యలతో అభ్యాసము చేసి నప్పుడు క్రమాభివృద్ధి ని పొంద గలడు. దానికి సమగ్రమైన, క్రమమైన ప్రణాళికను

(Syllabus) శ్రీ గురువులు రూపొందించి అధ్యాత్మ దర్శన అభ్యాస యోగము అనే పేరుతో ఉపదేశించినారు. భగవద్గీతలో ఉపదేశించిన అభ్యాసయోగస్థితిని పొందడానికి ప్రత్యేక దర్శనములు సిద్ధించడానికి ఈ ప్రణాళికను అనుసరించి అభ్యాసము చేయడమే మనకున్న ఏకైక మార్గము. వేరే పద్ధతుల ద్వారా పైసిద్ధులు పొందడము అసాధ్యమని తెలుసుకోగలము.

అధ్యాయము - 5

5.1 అభ్యాసయోగము అంటే ఏమి?

లోకములో యోగము అనే మాట వింటూనే అబ్బా! అది చాలా ప్రయాసతో కూడుకున్నది. కేవలము సన్యాసులు బైరాగులు వంటి వారుమాత్రమే ఎక్కడో అడవులలో ఆశ్రమాలలో సాధన చేసుకోవలసినట్టిది అనే భావము కలుగుతుంది. సామాన్యులకు యిది శక్యము కానిది అనే అపోహ ఒక్కటి ప్రబలంగా వ్యాపించి ఉంది. దాని వల్లయోగాన్ని గురించి వినడానికే సుముఖతను చూపరు. ఒకరకమైన బెదురుపొందుతారు. బాగా పరిశీలిస్తే దీనికి కారణము ఒకరకముగా హఠ యోగ విధానములోని కఠిన నియమాలని అనిపిస్తొంది. హఠ యోగములోని అనేక ఆసనాలు, అపక్వాహార నియమాలు, వస్తి, ధౌతి వంటి శరీరానికి శ్రమ కలిగించే క్రియలు, శ్వాసకు సంబంధించిన కష్టమైన ప్రక్రియలు వంటి వాటిని వినడము వల్ల లేదా విన్నవారి సహచర్యము వల్ల సామాన్యులలో యోగవైముఖ్యము కలుగుతుంది,

నేటి కాలములో విస్తృతంగా గీతాజ్ఞాన యజ్ఞాలు, ఉపన్యాసములు జరుగుతున్నాయి. గీతలో భగవానుడు ఆత్మ సంయమన యోగములో యింకా మిగిలిన భాగాలలో తెలిపిన యోగము ఎంతో సులభముగా సుకరముగా ఉంది. సాధారణ గృహస్థులు, స్త్రీ పురుషులు, మానవులు, అంతా కుల మత,జాతి, లింగ, భాషా, దేశ భేదము లేకుండా మితాహారము తగిన వ్యవహారము వంటి ప్రశాంత పద్ధతిలో ఈ యోగాన్ని అభ్యసించవచ్చు. దీనినే అభ్యాసయోగమని నిర్వచించినారు.

గీతోపన్యాసలనిచ్చే ప్రబోధకులు ఈ భాగాన్ని ప్రత్యేకంగా నొక్కి చెప్పడము లేదు. ఈ ప్రకరణాలలో దాటవేస్తున్న ధోరణి కనిపిస్తుంది. అందుకే యోగము సామాన్యులకు అందుబాటులోనికి రావడము లేదు. యోగసూత్రాలను వ్రాసిన పతంజలి మహర్షి కూడ కఠిన నియమాలను విధించలేదు.

యోగాన్ని అమర కోశ నిఘంటువులలో (1) ప్రయత్నము (2) ఉపాయము (3) ధ్యానము (4) సంబంధము (5) చేరుట అనే ఐదు రకాల అర్థాలలో చెప్పినారు. ఇక్కడ మనము **ఉపాయము** అనే అర్థములో యోగము అనే పదాన్ని ఉపయోగిస్తే చాలా ఉచితంగా ఉంటుంది. భగవద్గీతలో కూడా అదే అర్థములోనే ఉపయోగించ బడింది. దాన్ని అర్థము చేసుకొని, ఆ పదం వచ్చిన ప్రతి చోటా ఉపాయము అనే అర్థాన్నే చెప్పుకుంటే సువిచారిత రమణీయంగా ఉంటుంది. అవ్యాజ కరుణామూర్తి శ్రీకృష్ణ భగవానుడు అజ్ఞాన జడజీవులను ఉద్ధరించటానికై ఈ యోగ శాస్త్రన్ని (ఉపాయ శాస్త్రన్ని) ప్రవర్తంచినాడు అని తలిస్తే, మనము ఎన్నో కష్టాలనుండి తప్పుకొని శాంతిసుఖాలను పొందడానికి తగిన ఉపాయాలను సూచించినాడని అర్థము చేసుకున్నప్పుడు మనహృదయాలు ఆనందముతో వికసిస్తాయి. గీతలోని 18 అధ్యాయాలు(18 యోగములు) 18 ఉపాయాలుగామనకు ప్రసాదించబడినాయి.

అభ్యాసము అంటే అలవాటు చేసుకోవడము అని వివరించుకోవచ్చు. శరీరము, మనస్సు, ఇంద్రియాలు ఈ మూడింటిచే చేసే పనులు సహజముగా ఏర్పడుతున్నాయి. అలవాటు చేయగా చేయగా పై మూడుచేసే పనులలో ఉత్తరోత్తర అభివృద్ధి సాధిస్తూ మహోన్నత స్థాయిని పొందుతున్నాయి. టైప్ రైటింగ్, సైకిల్ త్రొక్కడము, హార్మోనియము వాయించడము వంటి పనులు మొదట ఎంతో కష్టముగా అవకతవకగా ఉండి క్రమమైన అభ్యాసము వల్ల ధారాళముగా మారి చివరకు ఆ వ్రేళ్ళే అకాళ్ళే ఆయాచోట్ల వాటంతకు అవే పని చేస్తాయి. ఇతరులతో మాట్లాడుతూ, వేరే ఆలోచనలలో ఉంటూకూడా ఎంతో వేగముగా ఆయాపనులు చేస్తున్నాయి.

ఇట్లే మనము చదవడము వ్రాయడము వ్యాపార వ్యవహారములు, శాస్త్ర పరిశోధనలు మొదలైన అనేక విషయములలో ప్రావీణ్యము సాధించడానికి కారణము క్రమమైన అభ్యాసమే కదా! ప్రస్తుత కాలములో అన్నిరంగాలలో శిక్షణను ఇవ్వడము అతిముఖ్యమయిన అంశముగా పరిగణించబడుతుంది. ఈ శిక్షణా విధానముల వంటి విధానమే మన అభ్యాసయోగము ఇది కేవలము బాహ్య వస్తువులు బాహ్యాపరికరాలతో కాకుండా, శరీరము మనస్సు ఇంద్రియాల మీదనే ఏకాగ్రము చేసే పద్ధతి. భారతీయ తత్వ వేత్తలు యోగాచార్యులై అభ్యాస యోగాన్ని శిష్యులకు శిక్షణ నిచ్చే పద్ధతి పూర్వము ఉండేది. కాల క్రమముగా కనుమరుగై పోయింది. ఎక్కడో ఒక్కచోట కనిపించే హఠయోగము భీతిని కలిగిస్తున్నది.

మనస్సు, శరీరాలకు శిక్షణ నిచ్చే శాస్త్రమే యోగశాస్త్రము. ఏ శాస్త్రన్ని అభ్యసించవలెనన్నా, పాటించవలసిన నియమాలు విధులు ఉంటాయి. ఆనియమావలిని అనుసరించి పాటించినప్పుడే ఆయా శాస్త్రులలో ఉత్తీర్ణత సాధించ గలము. ఈ అభ్యాసయోగ శాస్త్రములో కూడా సత్ప్రవర్తన కలిగి ఉండడము అతిముఖ్యము. ఎవరికి వీలైన రీతిలో వారు దేశకాల పాత్రానుసారముగ యమనియమాలను తగిన మోతాదులో నడుపుకుంటేచాలు. ఈ అభ్యాసయోగాన్ని సాధన చెయ్యడానికి ప్రతి ఒక్కరికి అర్హత హక్కు ఉంది. ఏమతము వారైనా, ఏకులమువారైనా, ఏజాతి వారైనా, ఏవయస్సువారైనా, స్త్రీలైనా, పురుషులైనా ఎవ్వరైనా సరే! శరీరము, మనస్సు, ఇంద్రియాలకు తగిన శిక్షణనిచ్చేందుకు, తద్వారా అభ్యుదయ పూర్వక నిశ్రేయస్సును(అంటే ఈలోకములో లౌకికమైన అభివృద్ధి, పరలోకములో అధ్యాత్మిక అభివృద్ధిని) పొందడానికి ఈ అభ్యాసయోగాన్ని క్రమముగా సాధన చేయవచ్చు.

5.2. అభ్యాసములే మానవుడు

అభ్యాస వైరాగ్యాభ్యాం తన్నిరోధ :- పతంజలి యోగసూత్రములు

అనే సూత్రాన్ని వివరించడములో శ్రీవివేకానందస్వామి తన రాజ యోగములో చెప్పిన మాటలను ఇక్కడ స్మరించడము ఎంతో అవసరము.

" అనేకములగు సంస్కారములుగూడి అభ్యాసము (Habits) అనునది ఏర్పడుచున్నది. అభ్యాసము అపర స్వభావమని చెప్పబడుచున్నది. సాక్షాత్తు స్వభావమును సంపూర్ణ స్వభావమును అభ్యాసమే. మనము సజ్జనులమైనున్నను, దుర్జనులమైనున్నను, అంతయూ అభ్యాస ఫలితమే! అట్టియెడల మనము ఒక అభ్యాసము నలవఱచుకొనుటకు గాని విడుటకుగాని సమర్థులము. కావున మన ప్రస్తుత స్వభావమును గూర్చి నిరాశ చెందనక్కరలేదు. సుఖదుఃఖా నుభవములు మనస్సున సంస్కారములు కలిగించు చుండును. ఈ సంస్కారముల ఫలితమే మన శీలము (Personality). ఎట్టి సంస్కారములు బలవత్తరమై యుండునో అట్టిశీలము ఏర్పడును. సత్సంస్కారములు విశేషముగా నున్న యెడల సద్వర్తనమును దుష్టసంస్కారములు ప్రబలముగా నుండు యెడల దుష్ట వర్తనము కలుగుచుండును. ఇట్లే సంతోషకరమగు సంస్కారములచే మనము

సంతుష్టులమై యుందుము. దురభ్యాసములను మానుటకు తత్వ్యతిరేక మనో వృత్తులనవలభించుటయే మనకున్న ఉపాయము. సంస్కార జనకములగు దురభ్యాసములను సదభ్యాసములచే నిరోధింపవలెను. కావున మంచి చేయుచు సద్భావములనే చింతింపు చుండుము. ఎంతటి దుర్జనుడైనను ఇక నతడు యోగ్యుడు కానేరడని చెప్పవలదు. ఏలయన అతని ప్రస్తుత వర్తనము ఆతని అభ్యాస ఫలితమే. గావున మంచి అలవాటుల నలవరుచుకొనుటయే శీలమును చక్కచేసుకొనుటకు మార్గము." (అనువాదము. స్వామి చిరంతనానంద).

మానవుడు పుట్టినప్పటినుండి చివరి వరకు అభ్యాసములతోనే (Habits) జీవితమంతా నడుస్తుందని తెలుసుకున్నాము. వెనుకటి అభ్యాసములే మానవుల రకరకాల జీవితాలకు మూలమని తెలుసుకోవచ్చు. మానవుడు పుట్టినప్పటి నుండి పొందే గుణాలలో (ప్రాణభయము, రాగం, ద్వేషము, అభిమానము, క్రోధము) వంటివి ఒక్కొక్కటి ఒక్కొక్క మోతాదులో ఉన్నాయి. ఒకడు కోపి. మరొకడు దయాళువు. మరొకడు పరమశాంతుడు. వేరొకడు దురభిమాని. యింకొకడు సరళ స్వభావుడు. ఒకడు భక్తి కలవాడు. వేరొకడు నాస్తికుడు. మరొకడు వంచకుడు దుర్మార్గుడు. ఒకడు మహామేధావి. మరొకడు పరమమూర్ఖుడు. యిట్లు చిత్ర విచిత్రములైన ప్రవృత్తులు సహజముగా ఉన్నట్లు కనిపిస్తుంది. కాని ఇవి సహజము అనడము తర్కానికి నిలబడదు. ఈ జన్మలో అభ్యాసముతోనే అన్ని పనులు ఏవిధముగా నేర్చుకుంటున్నాడో అదే విధముగా వెనుకటి జన్మలలోని అభ్యాసముల సూక్ష్మ సంస్కారములను మనస్సులో చేర్చుకొనే జన్మిస్తున్నాడు మానవుడు. ఈ ప్రక్రియ కేవలము మానవులకే పరిమితము కాదు. సమస్త ప్రాణికోటికి ఇది వర్తిస్తుంది. అభ్యాసములు ఏ విధముగా క్రియారూపము దాలుస్తాయో మనము ఇది వరలో సూక్ష్మశరీర వివేచనలో వివరించుకున్నాము. వాటిని మళ్ళీ గుర్తు చేసుకొవడము అవసరము.

1. స్థూల శరీరము (దీనిలోపల) **2. సూక్ష్మ శరీరము**(దీనిలోపల)
3. కారణ శరీరము– ఇదే మానవుని సర్వస్వానికి మూలము.

ఈవిధముగా మన శరీరము ఏర్పడింది. మానవుడు తన అభ్యాసములో తయారైన కార్యాలను స్థూలశరీరముతో నిర్వహిస్తాడు. అవిచేసిన తర్వాత కొంత సేపటికే ఈ పని చేసినాను గదా అని లోపల తలుచుకుంటాడు. అప్పుడు ఆ భావాలు సూక్ష్మ శరీరములో చేరుతాయి. సూక్ష్మ శరీరములో చేరిన

కొంతసేపటికి యింకా లోపల నున్న కారణ శరీరములోనికి చేరి అత్యంత సూక్ష్మముగా నిలిచి పోతాయి.

కారణ శరీరము :-(Causal Body) ఇది ఆవిరి వంటిది.
సూక్ష్మశరీరము :-(Subtle Body) ఇది నీరు వంటిది.
స్థూల శరీరము :-(Gross Body) ఇది గాలి వంటిది.

గాలి, నీరు ఆవిరి ఈ మూడింటికి విడదీయరాని సంబంధము ఏ విధముగా ఉందో అదే విధముగా స్థూల, సూక్ష్మ కారణ శరీరాలకు అవిచ్ఛిన్న సంబంధము ఉంది. అభ్యాసములు క్రమముగ స్థూలము నుండి సూక్ష్మానికి, సూక్ష్మము నుండి కారణానికి ఏవిధముగా చేరుతాయో ఉదాహరణ పూర్వకముగా తెలుసుకోవచ్చు.

వీధిలో వెడిచే ఒక దయాళువు రోడ్డు ప్రక్కన పడి జ్వరముతో బాధ పడుచున్న ఒక అనాధను చూచి, చలించి, దగ్గరికి పోయి, ఆస్పత్రికి చేర్చి, చికిత్స చేయించి, నెమ్మది కలిగించి, యిల్లు చేర్చినాడు. అంతవరకు స్థూల శరీరముతో కర్మేంద్రియములతో పని చేసినాడు. ఇంట్లో విశ్రాంతి తీసుకొనేటప్పుడు స్థూలశరీరముతో (A) చేసిన పని దాని ఫలితమైన ఉత్సాహము తృప్తి వంటి భావాలు సూక్ష్మశరీరములోనికి (B) చేరుతాయి. అప్పుడు లోపల అపని యొక్క ఊహలు, స్మృతులు కాక వేరే ఆలోచనలు చుట్టుముట్టుతాయి. అప్పుడు సూక్ష్మశరీరములో ముందు మొదలైన భావాలు లేవు. మరి ఎక్కడికి పోయినట్లు? అదృశ్యమై నశించినాయా? ప్రకృతిలోని ఏశక్తి నశించదని ఇది వరకే ఋజువయ్యింది. అదే Law of Indestructibility of Matter దానికి సమాధానమే ఆస్మృతులు కారణశరీరమే అనిపిలువబడే అంతః చైతన్యములోనికి చేరినిలిచినాయి. అవిఎప్పుడో స్వప్నాలల్లో జ్ఞప్తికి రావచ్చు, రాకపోవచ్చు.

పైనతెల్పిన వ్యక్తి దయాశీలి, దీనుల కుపకారం చేయడం వాని సహజగుణం. దీన్నే స్వభావం అంటాం. అంటే ఈ గుణం పుట్టుకతో వచ్చింది. పుట్టుక తోరావడం ఏమిటి? వెనుకజన్మలలో సూక్ష్మ, కారణ శరీరాలలో నిల్వ ఉండిన లక్షణాలే ఈ జన్మలో పుట్టుకతో వచ్చిన గుణాలుగా వ్యవహరించ బడు తున్నాయి. అట్లనే ప్రాణభీతి మొదలైనవి కూడా! ఇంకా కొన్ని దృష్టాంతాలను చూడవచ్చు. కోడి గుడ్లను పొదిగిన వెంటనే పిల్లలు నీటిలోనికి వెళ్ళి ఈదుతాయి. ఈవిద్యలన్నీ వీటి కెవరు నేర్పినారు? ఇవన్నీ సహజ జ్ఞానంగా

పరిగణించబడుతున్నాయి.

దీనివలన తెలుస్తున్నదేమంటే జీవులన్నీ (మానవుడు, పశుపక్ష్యాదులు) పూర్వపు సూక్ష్మ అభ్యాససంస్కారాలతో పుట్టి, వాటికి తగిన రీతిగా ప్రవర్తిస్తున్నారు. మళ్ళీ ఈ జన్మలోనివి కూడా వాటికి తోడైతున్నాయి. జీవజాలంలో ఉత్కృష్టుడైన మానవుడు మంచి అభ్యాసాలను పెంపొందించుకొని, గొప్ప స్థితిని పొందేందుకు సమర్థుడై ఉన్నాడు. అదంతా మన చేతిలోనే ఉంది. దాన్నే గీత ఉద్ధరేదాత్మనాత్మానం అని చెప్పుతుంది. మరి వెనుకదాని దాని సంగతేమి? అంటే ప్రారబ్ధకర్మ జాతి, ఆయుస్సు, భోగములను ఇస్తుంది. కాని ఇప్పుడు చేసే పనులతో, అభ్యాసాలలో తమమంచిచెడ్డలను తామే నిర్ణయించుకోగలరు. మార్చుకోగలరు. ఆ విధంగా మార్చుకోవడానికి తగిన శిక్షణ నిచ్చే వాటిలో మాటలతో కాకుండ, అభ్యాసరూపంలో లోపలి వాటిని మార్చుకునేందుకు తగిన పద్ధతి ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసయోగమే. భగవానుడు గీతలో సర్వులకిదియే తగిన పద్ధతిగా నిర్ణయించినాడు.

5.3 అభ్యాసము-నిర్వచనం

అభ్యాసమంటే ఏమిటో కొందరి తత్వ వేత్తల నిర్వచనాలను పరిశీలిస్తే స్పష్టమవుతుంది.

తత్రస్థితౌ యత్నోభ్యాసః పతంజలి యోగసూత్రం

ఒక లక్ష్యం నందు నిలచి యుండేందుకు చేయు ప్రయత్నమే అభ్యాసం.

చిత్తస్యఏతస్మిన్నవలంబనేన సర్వతస్సమాహృత్య పునఃపునః స్థాపనం అభ్యాసః-తత్పూర్వకయోగఃసమాధాన లక్షణః భగవద్గీత-శాంకరభాష్యం

ఒకదాని యందలి (లక్ష్యము/ భావము) ఆధారంచే చిత్తాన్ని కూడదీసుకొని మళ్ళీ మళ్ళీ ఆలక్ష్యము/భావము నందు నిల్పడమే అభ్యాసము. దీనితో కూడినదే యోగము. దీన్నే చిత్త సమాధానం అనే లక్షణంగా పేర్కొంటాం.

అభ్యాసోనామ చిత్త భూమ్యైకస్యాంచిత సమాన ప్రత్యయా వృత్తిః చిత్తస్య.

అభ్యాసమంటే ఒకానొక మనో భూమిక యందు ఒక చోటఒక భావాన్ని పెట్టుకొని దానికి సమాన భావాన్ని మళ్ళీ మళ్ళీ చేర్చడమే.

ఏకస్మిన్ ప్రత్యయావృత్తి లక్షణః విలక్షణ ప్రత్యయాం తరితః అభ్యాస :- స చ అభ్యాసయోగః

ఒక భావంలో (లక్ష్యంలో) ఇతర భావాలను (లక్ష్యాన్ని) చేర్చకుండా సమాన భావాన్ని (లక్ష్యాన్ని) అనేక సార్లు చేరుస్తూ ఉండడమే అభ్యాసం. అదే అభ్యాసయోగం.

సర్వకార్యసిద్ధికి అభ్యాసమే మూలము :

పైన పేర్కొన్న నిర్వచనాలను బట్టి అభ్యాసమంటే ఒక పనియందే ఒక లక్ష్యమందే లేదా ఒక భావము నందే నిలిచేందుకు తను నెరవేర్చేందుకు చేసే ఉత్సాహపూర్వక ప్రయత్నమే అని చెప్పవచ్చు. అలవాటు చేయడం అన్న మాట దీన్నే వేమన సాధనమున పనులు సమకూరు ధరలోన అని బోధించినాడు. సాధనమంటే అభ్యాసమే. ఇప్పటి మన జీవితాలన్నీ వెనుకటి జన్మల అభ్యాసమే అని చెప్పుకున్నాం. తీవ్రంగా నిరంతరంగా అభ్యాసం చేసి దేన్నైనా పొందేందుకు సమర్థతను స్వాతంత్ర్యాన్ని సాధించవచ్చునని తత్త్వ వేత్తల నిర్ణయం! దీనికి మన నిత్యజీవితంలో మనచుట్టు ప్రక్కల ఎన్నెన్నో దృష్టాంతాలు కన్పిస్తాయి. ఎవరైనా సరే ఏ అభ్యుదయ సిద్ధి పొందాలనుకొన్నా అభ్యాసానికి మించిన పరమసాధనం మరొకటిలేదనడం నిర్వివాదాంశం.

లౌకికమైన శాస్త్రజ్ఞానాన్ని పొంద గోరే వారు కానీ, పారలౌకిక మైనసిద్ధిని పొందవలెనన్నా కానీ, సంగీత సాహిత్యాది కళలల్లో నైపుణ్యం పొందవలెనన్నా కానీ, ఇదీ, అదీ, యని చెప్పడమెందుకు? పుట్టినప్పుడు తల్లిపాలు త్రాగడం వద్దనుండి, ఆ పర బ్రహ్మం చేరే వరకు ప్రతిపనికి అభ్యాసమే పరమ సాధనం అని తీర్మానించవచ్చు. భక్తి, కర్మ, జ్ఞానములకు అభ్యాసమే మూలము. ఆయా యోగాచార్యులు తమ అనుభవశాస్త్రాలలో దీన్నే పరమోపాయంగా చెప్పినారు. ఇది నిరపాయమైనది. మంత్ర,లయ, హఠ రాజయోగ సిద్ధికి ఇదే ఉపాయం.

కొంత మంది కొన్ని పనులను అభ్యసింపకనే నిపుణంగా చేస్తున్నట్లు కన్పిస్తుంది. మరి దీనికేమి కారణం? దీనిని ఏ విధంగా అర్థంచేసుకోవచ్చు? దానికి సమాధానం వారు వెనుకటి జన్మలలో తీవ్రఅభ్యాసం జరిపి ఈ జన్మలో దీని ఫలితాన్ని సిద్ధింప చేసుకొన్నారన్నదే !

అభ్యాసము-లోపల, వెలుపల :-

అభ్యాసాన్ని వెలుపల చేయడాన్ని అంటే బాహ్యజగత్తులో శిక్షణ, అభ్యాసం అనే పేర్లతో పిలుస్తున్నాం. వీటితోనే ఆయా పనులల్లో ప్రావీణ్యం సంపాదిస్తున్నారు. ఇవే కాకుండా ప్రార్థనలు, సంగీతము, భాష నేర్చుకోవడం, మంత్రం , జపం, ఇవన్నీ కూడా అభ్యాసాలే. ఇవి అందరికీ సుపరిచితాలే! అభ్యాసం తీవ్రమయ్యే కొద్దీ ప్రావీణ్యత కల్గి సిద్ధిపొందుతారు. వీటన్నింటిని బహిరంగ అభ్యాసాలని శాస్త్రీయపరి భాషలో పేర్కొనవచ్చు.

మనస్సులోనే అభ్యాసం చేయడం ఆంతరంగిక అభ్యాసం మానసిక పరివర్తన పొందాలనీ ప్రత్యేకంగా ఒక భావాన్ని మనస్సులో నిల్పి అటువంటి భావంతోనే ఎడతెగకుండా అభ్యాసం చేయడం జ్ఞానపద్ధతిలో పేర్కొన్న మార్గాల్లో శ్రవణ, మనన, నిధి ధ్యాసాలతో జ్ఞానం స్థిరపడదు. అభ్యాస ప్రాధాన్యాన్ని ఎరిగిన వాడే అనుభవాన్ని పొందగల్గుతున్నాడు.

చిత్తశుద్ధిని పొందాలనుకున్నా, కోరికలను నిరోధించాలనుకున్నా, భక్తి జ్ఞానాలను పొందాలనుకున్నా, కర్మలు ఈశ్వరార్పణం చేయాలనుకున్నా, భగవంతుని శరణుపొందాలనుకున్నా ఇంకా ఇటువంటి మానసిక పరివర్తనకు అతి ముఖ్యమైన భావాలు, ఉపదేశాలు, భగవద్గీత మొదలైన శాస్త్ర గ్రంథాలలో ఉన్నాయి. వీటినే ఉపాసనలన్నారు. ఈ భావాలను, ఉపదేశాలను నిర్ణీత సమయాలలో ఏకాసననిష్ఠ తో అభ్యాసం చేయవలె. ఈ విధంగా ప్రతిరోజూ ప్రత్యేకంగా ధ్యాన పూర్వక అభ్యాసం చేయాలని నేటి ప్రబోధకులు గానీ, సాధకులు గానీ గుర్తించడం లేదు. ఇది అత్యంత శక్తివంతమైనది. ఈవిధంగా ప్రతిభావాన్ని - అది సగుణం కావచ్చు, నిర్గుణంకావచ్చు-ధ్యాన పద్ధతిలో అభ్యసిస్తే దాని అనుభవం చాలా అద్భుతంగా ఉంటుంది. దీన్నే యద్భావం తద్భవతి అన్నారు.

5.4.అధ్యాత్మ బోధన, శిక్షణలు-సాధకుని గ్రహణశక్తి, అర్హతలు

శ్రుతి తాత్పర్యమఖిలమబుద్ధ్వా భ్రామ్యతే జడః।
వివేకీత్వఖిలం బుద్ధ్వా తిష్ఠత్యానందవారిధౌ॥ - వేదాంత పంచదశీ,

వేదంయొక్క సమస్త, సమగ్రభావాన్ని, తాత్పర్యాన్ని తెలుసుకోలేక మందబుద్ధి భ్రమపడు తున్నాడు. వివేకీ వేదతాత్పర్యాన్ని పూర్తిగా తెలుసుకొని ఆనందసముద్రంలో ఓలలాడుతున్నాడు.

జిజ్ఞాసువు, సాధకుడు, విద్యార్థి వంటి పేర్లతో పిలువబడే వాని అర్హతను, గ్రహణ శక్తిని, చిత్తసంస్కారాన్ని బట్టి లౌకిక, అలౌకిక విద్యాబోధన జరిగినప్పుడే అది సార్థకమవుతుంది. అంతే కాని స్థాయిని (Standard) తెలుసుకోకుండా, ఏది బోధించాలనో దాన్ని కాకుండా, పైస్థాయి విషయాన్ని బోధించడం వల్లమేలు జరుగకపోవడమే కాకుండా, పైపెచ్చు కీడు జరుగుతుంది. ముఖ్యంగా అధ్యాత్మ విద్యాబోధన, శిక్షణలలో ఈ సూత్రాన్ని పాటించడం అత్యంతా వశ్యకం. కాని నేటికాలంలో దీన్ని ఆచరణలో పెట్టేవాళ్ళు కన్పించడం లేదు. లౌకిక జీవితంలో ఏవిధంగా ప్రతిదానికి లంపట, అత్యాశ, తొందర ఉన్నాయో, అవేలక్షణాలు ఆధ్యాత్మికరంగలో కూడా పాటించడం నిజంగా శోచనీయం. ఉపదేశకులు దీన్ని పూర్తిగా విస్మరిస్తున్నారు. దీనివల్ల లోకానికి మేలుకన్నా కీడే ఎక్కువ కల్గుతుంది. బోధకులకు ఫలితం కల్గడంలేదు. దీన్ని ప్రచారకులు, ఉపదేష్టలు గుర్తించడం ఎంతో అవసరం!

వేదమాత హృదయం కూడా అదే! మానవుడు ఈ ప్రపంచమంతా సత్యమనుకునే స్థితిలో మాత్రమే కర్మకాండను, దేవతా స్తుతులను, విగ్రహారాధనను, కామ్య కర్మములను ఉపదేశిస్తుంది వేదం.

తరువాత ఏకాగ్రత పెరిగి అర్హత పొందేందుకు ఉపాసనా కాండను పదేశించింది.

తరువాతి స్థాయిలో జ్ఞానకాండను ఉపదేశించింది. ఇవన్నీ మానవుల స్థాయిని (Standard) బట్టి పాటించవలసిన మార్గాలూ, పద్ధతులూ.

పుట్టిన శిశువుకు తల్లి తన చనుపాలును తాపడం నుండి క్రమంగా పెరిగే కొద్దీ ఆహారాన్నీ, భాషనూ, విషయాలనూ నేర్పుతుంది. కథలు చెప్పి నడవడికను సరిదిద్ది శిక్షణనిచ్చి ప్రవర్తనా పద్ధతులను నేర్పించి ఉత్తమ సంస్కారిగా తీర్చిదిద్దుతుంది. వానిస్థాయికి తగిన బోధను శిక్షణను ఇచ్చినపుడే క్రమాభివృద్ధి ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మిక రంగం కూడా అంతే! అందుకే గీతలో భగవంతుడు

"నబుద్ధి భేదం జనయేదజ్ఞానాం కర్మ సంగినామ్
జోషయేత్సర్వ కర్మాణి విద్వాన్ యుక్తస్సమాచరన్"
"తావకృత్స్న విదో మందాన్ కృత్స్నవిన్న విచారయేత్"

అని బోధించాడు. అంటే తత్త్వం తెలుసుకోలేని పామరులు లౌకికకర్మలలో

ఆసక్తి కల్గి ఉంటారు. అవి తప్పనీ కూడదనీ వారికి బుద్ధి, భేదం కల్పించరాదు. విద్వాంసుడు అటువంటి కర్మఫలాసక్తి కలవారితో కలసి తాను కూడా కర్మల నాచరించినప్పుడే వారికి మేలు చేసిన వాడవుతాడు. లేకుంటే తికమక కల్గించి వారిని చలింపచేస్తే అది లోకసంగ్రహం కాదు. వారిని క్రమంగా అభివృద్ధికి తేవలెనే కాని ఒక్కసారిగా వారి బుద్ధులకు వికల్పం కల్గిస్తే, వారు కర్మకాండలను వదిలేసి ఉపాసనా జ్ఞానకాండలను పట్టుకోలేక రెంటికీ చెడిన రేవడలగుచున్నారు. నేటి ఆచార్యులు ప్రబోధకులు దీన్ని విస్మరించడం శోచనీయం. L.K.G. తరగతిలో నున్న పిల్లవానికి, వాని పాఠ్యగ్రంథాల్లో ఉండే చిన్న చిన్న పదాలను విషయాన్ని ఆసక్తి కల్గేటట్లు ఉత్సాహ పరుస్తూ నేర్పించడం అవసరం. తద్విరుద్ధంగా ఇవి పనికి రావని గేలి చేసినపుడు వాని ఆసక్తి సన్నగిల్లి ఏకాగ్రత కొరవడుతుంది. దాంలో వాడు పైస్థాయికి అర్హుడు కాలేడు. అయోమయంలో పడిపోతాడు. అట్లే ఆధ్యాత్మ విద్యలో కూడా తరగతి వారీగా నేర్చుకొన్నప్పుడే ఉత్తమస్థాయిని పొందడం సాధ్యమవుతుంది. భగవద్గీత నిండా ఈ క్రమమైన ఉపాసనా మార్గం తెలుపబడింది.

అక్షరమై అవ్యక్తమైన నిర్గుణబ్రహ్మోపాసన ఉత్తమోత్తమ అధికారులకేకాని (highest standard) దేహధారులకు అది మిక్కిలి క్లేశాన్ని కల్గిస్తుందని వివరిస్తున్నారు. ఆకాశం కంటే సూక్ష్మమై సర్వవ్యాపకమైన పర బ్రహ్మతత్త్వాన్ని భావించి ఉపాసించడం ఎవ్వరికో సాధ్యం! ఇట్టి మహా విషయాలను వినేందుకే సాధన చతుష్టయ సంపత్తిని పొందిన తర్వాతనే అధికారం కల్గుతుందని తత్త్వవేత్తలు చెప్పుతున్నారు. నేటికాలంలో ఎక్కడ చూచినా ఉపనిషత్తులు, భగవద్గీత, వేదాంత ప్రకరణ గ్రంథాలను గూర్చి ఉపన్యాసాలు విరివిరిగా ప్రచారంలో ఉన్నాయి. వీటికి హాజరయ్యే వారికి ఏదో కాలక్షేపం వరకే ఉంటుంది కాని, దానినుండి నిజంగా ఉపయోగం పొందేవారెంతమంది? శ్రద్ధాసక్తులున్న జిజ్ఞాసువులకు క్రమమైన విధానం తెలియనపుడు అగమ్యగోచరంగా ఉంటుంది. ఉపనిషత్తులు, గీతవంటి వాటిలోని విషయములను తెలుసుకోవాలన్నా, దానికి ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసంతో కొంత స్థాయిని పెంచుకొన్న వారే అర్హులు. అందుకే కదా ఉపనిషత్తు ఈ విధంగా చెపుతుంది.!

"నావిరతో దుశ్చరితాత్ నాశాంతో నాసమాహితః
నాశాంత మనసోవాపి ప్రజ్ఞానేనైవ మాప్నుయాత్–"

దుశ్చరితమంటే శాస్త్రవిరుద్ధమయిన కర్మలు (పనులు) ఆచరించడం,

ఈ దుశ్చరితం బురదవంటిది. దాన్ని సంపూర్ణంగా కడిగి వేసినట్లు చేసినప్పుడే సత్య స్వరూపాన్ని పొందుతాం. లేకుంటే ఎంత ప్రజ్ఞాబలమున్నా కామక్రోధాదులు సూక్ష్మరూపంతో నుండి ప్రతిబంధకంగా మారుతుంటాయి. వాటిని నిశ్శేషంగా తొలగించకుంటే సత్యసిద్ధి కల్గదు. కేవలం ప్రజ్ఞాపాటవంతో తత్త్వసిద్ధిని పొందడం అసాధ్యం. పైవాక్యం మనకు సర్వ ప్రయత్నాలతో ఏకాగ్రత పొందాలనే హెచ్చరిస్తుంది.

శాస్త్రబోధనం ఇట్లుంటే కలగూరగంప వంటి నేటి ఆధ్యాత్మి కోప న్యాసాలు మన తరగతిని నిర్ణయించి తగిన శిక్షణను ఇవ్వలేకపోతున్నాయి. సత్ప్రవర్తన కల్గి ఉండి ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసానికి దాదాపు అందరూ అర్హులుగా నుంటారు. ఆస్థాయికి కూడా చేరలేని వారు దానికి చేరేందుకు తగిన ప్రయత్నం చేయాల్సి ఉంటుంది. అది తెల్సుకొన్నప్పుడే బోధకులకు సాధకులకు నిజమైన సాఫల్యం.

ఏరంగలోనైనా పరాకాష్ఠ పొందిన వారు ఏకాగ్రతా సిద్ధులే!

ప్రస్తుతం విద్యాపరిశోధన, కళారంగాలలో అత్యున్నత స్థానాన్ని ఘనవిజయాన్ని సాధించినవారు అతికొద్దిమందే! వారు పూర్వ జన్మలో పొందిన ఏకాగ్రతా అభ్యాస సంస్కారముల వల్లనే ఈ జన్మలో చాలామంచి గ్రహణ శక్తిని పొంది, గొప్ప స్థాయిలో ఉత్తీర్ణులయినారని తెలుసుకొన్నాం. అటువంటివారు ఇంకా ఉన్నతిని సాధించడానికి జగదభ్యుదయానికి కృషి చెయ్యడానికి తగిన ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసానికి శిక్షణనిచ్చేందుకు తగిన విధానాలను ఏర్పరచినాము. ఆత్మ విజ్ఞాన కళాశాల అట్టివారికి స్వాగతం పల్కు తోంది! కొద్ది మందిలో మాత్రమే ఏకాగ్రత అత్యున్నతస్థాయిలో ఉంటుంది. వారికింకా తగినతర్ఫీదు నిచ్చినపుడు వారివల్లలోకానికెంతో మేలు కల్గుతుందనే అంశాన్ని ప్రత్యేకంగా తెల్పుతున్నాము. దీన్ని గుర్తించి, ఉపయోగించు కున్నపుడే ఏకాగ్రతారూప అభ్యాస విధానం సార్థకమౌతుంది.

卐 卐 卐 卐 卐 卐 卐

అధ్యాయము - 6

మతసామరస్యాన్ని అభ్యాసయోగం ద్వారా మాత్రమే సాధించగలం!

అనాది కాలం నుండి మానవ జాతిని మంచికి, చెడ్డకు రెండిటికీ మిశ్రిత ప్రభావితం చేస్తున్నది మతం. పూర్వంనుండీ ఎన్నెన్నో మతాలున్నాయి. ఇంకా కొత్తవి పుట్టుకొస్తున్నాయి. ఆయామతస్తులకు మిగిలిన వాటి కన్న తమ మతమే గొప్పదనే భావం ఉంటుంది. ఇంతవరకైతే పరమతము, పరమతద్వేషంతో హింసామార్గాన్ని అవలంభించి అరాచకాన్ని సృష్టించడం మతోన్మాదమే కాని వేరు కాదు. ప్రపంచ చరిత్రలో దాదాపు అన్ని దేశాలలో ఈ మతకలహాల వల్ల వినాశం పొందడం చూస్తూనే ఉన్నాము. ముఖ్యంగా మన దేశంలో రాజకీయ నాయకుల స్వార్థానికి, మతమొక ముఖ్యసాధనంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఈ వైకల్యాన్ని పోగొట్టాలని సర్వమత సామరస్యాన్ని ఎంత ప్రచారం చేసినా అది సాధ్యమయ్యే పనికాదు. క్రైస్తవ, బౌద్ధ, ఇస్లాం మతములవంటివి ప్రత్యేక గుర్తింపును కల్గి ఉన్నాయి. వీటిలో మళ్ళీ ఉపశాఖలున్నాయి. శైవ వైష్ణవ శాఖల వంటివి అవి.

వేదము కూడా కర్మకాండ, ఉపాసనా కాండ, జ్ఞానకాండ లుగా విభాగింప బడింది. వీటిలో ఉపశాఖలున్నాయి. ప్రతి మతంలో కర్మ పద్ధతి, ఉపాసనా పద్ధతి, జ్ఞాన పద్ధతి ఉండాల్సిందే. కర్మ కాండను పూర్తిగా నిరసించిన బౌద్ధ మతంలో కూడా దీక్షతీసుకొనేటప్పుడు మరణానంతరము కొన్ని క్రియలు, అస్తులకు భస్మమునకు స్థూపనిర్మాణము వంటి కొన్ని పద్ధతులున్నట్లు ఆ రచనల్లో మనకు గోచరమవుతాయి. మనిషి పుట్టినదాదిగా వానికి జరుగే బారసాల, కేశఖండనము వంటివి వానిలో గల్గు శారీరక మార్పులకనుగుణంగా చేయు క్రియలు, కార్యకలాపములే ఈ కర్మకాండ. ఉపాసనా పద్ధతి అంటే మనిషి ఒక పద్ధతిలో తన భవిష్యత్తుకు కావలసిన ఆశయములు తీర్చుకొనుటకు చేయు ఒక నిర్ణీత ప్రక్రియ.

జ్ఞాన కాండ మానవుడు తన జీవితమున భగవంతుని విషయంగా అనుభవం పొందుటకు ఏర్పడిన విభాగము, అని స్థూలంగా చెప్పుకోవచ్చు. ఏమతములోనైనా భావ భేధములు కర్మకాండ విషయంలోనే ఏర్పడి, అవి వైషమ్యాలకు, ఘర్షణలకు దారితీస్తాయి. దీనితో సమాజములో

సంక్షోభము, అశాంతి కలుగుతాయి. ఇది మతమువల్ల ఏర్పడినదేనా? అంటే కొంతవరకే అని చెప్పవచ్చు. మతముతో ముడిపడిన విషయము కొంచెమైతే దాని ఆధారంగా ఏర్పడిన కల్లోలం వేరే కారణాలవల్ల ఏర్పడుతుంది.

మత సామరస్యమెట్లు కలుగుతుంది? :– కానీ ఒకే మతానికి చెందిన వారైనా కలహించు చున్నట్లు ఎన్నో నిదర్శనములు మనమిపుడు చూస్తున్నాము. ఈ కలహాలను గూర్చి లోతుగా పరిశీలిస్తే ప్రతి సంఘములోనూ, కులములో, వర్గములో, చివరకు కుటుంబంలో కూడా ఇది వెర్రితలలు వేస్తున్నట్లు మనం చూస్తున్నాము. ఎట్లంటే మతమంటే దేవుడు, ఆధ్యాత్మికత అని మాత్రమే కాకుండా ప్రతి వ్యక్తికి ప్రతి సంఘమునకు తన కోరిక(ఇష్టము) అనే అర్థంలో వాడితే సరిపోతుంది.

ఈ సంఘము పుట్టినది మొదలుగా సామరస్యమును ఏర్పరుచుటకే తగిన ప్రయత్నములు జరుగుతూనే ఉన్నాయి. ఈ ప్రయత్నాలు కొంత ఉపశాంతి కల్గించినట్లు కనపడినా పూర్తి ఫలితాలు ఇవ్వడం లేదు.

నీవు ఇతరుల ద్వేషింపకుము! అందరితో కలసి మెలసి యుండుము! యోగ్యుడవగుము! స్వార్థపరుడవు కావద్దు!

అని నీత ప్రబోధములు ఎన్ని చెప్పినా, అవి ప్రబోధములు గానే ఉన్నాయి. కానీ ద్వేషములు పోవడంలేదు. స్వార్థం పోవడం లేదు. భేద దృష్టి అట్లే ఉంది. అంటే మానవ జాతిలో ఈ భేద భావములు సహజంగా ఉండిన కారణంగా సమానత్వం కల్గడానికి వేరుదారి, విధానం లేదా? అనిపిస్తుంది.

మానవులందరికీ ఒకే సమస్థితి కల్గడానికి ఒక మార్గముందని, దానిద్వారా ఆ స్థాయికి చేరగలిగితే, విభేదాలు అంతరించి సామరస్యం కల్గుతుందని తత్త్వవేత్తలు నిర్ణయించినారు. రెండు తరగతులుగా ఏర్పడిన సంఘములో ఈ సామరస్యమును కల్గించవలసి ఉంది. భగవంతుని సంబంధముగు ఆలోచనలు స్వర్గ నరకములు, పాపపుణ్యములు, మరణానంతరము కర్మ, పునర్జన్మ వంటి విషయాలకు ప్రాధాన్యమిచ్చే వారు ఒక తరగతి. మనకు కావలసిన ధనకనక వస్తు వాహనములు, ఇతరభోగములు ఏవిధంగా అయినా పొంది, సాధించు కోవాలన్న లక్ష్యంతో, ఈ స్థూలప్రపంచ దృష్టితో జీవితము కొనసాగించువారు మరి యొక తరగతి. పై రెండు తరగతులకు రాగద్వేషములే కారణంగా వైషమ్యములు కల్గుచున్నవి.

సమానత్వం ఎలా సాధించగలం? :- సూక్ష్మ ప్రపంచ భావంతో తను ఇతరులతో సముడు అని స్థిరపడితే కానీ ఈ విభేద నిర్మూలనం కాదు. నోటి మాటలతో మనమంతా ఒక్కటే అని గట్టిగా నినాదాలు చేయడం, ఉపన్యాసాలలో, కర పత్రాలతో ప్రచారం చేయడం వల్ల ఈ వైషమ్యరోగానికి చికిత్స జరగదు. వ్యాధి విధానం తెలిస్తే కదా సరియైన చికిత్స జరిగి రోగ నిర్మూలన కలిగి ఆరోగ్యము, సుఖశాంతులు పొందగలిగేది! మానవుడు సంఘానికి, తనకు, సామరస్యరూపమైన ఆరోగ్యాన్ని పొందాలనుకుంటే దేవుడు కర్మ, స్వర్గాదిలోకములు, పాపపుణ్యములు, ఉపాసనా-జ్ఞానముల వంటి వాటిని పాటించే అన్ని తరగతుల వారికి ఒక ప్రత్యేక సందేశము ఇవ్వడమే ఈ ఏకాగ్రతా రూప అధ్యాత్మ దర్శన అభ్యాసయోగముయొక్క లక్ష్యం.

కర్మ పద్ధతిలోననే ఎన్నో భేదాలు! :- బాహ్యమైన కర్మ పద్ధతిలో వేషభాషలు, క్రియాకలాపాలు, పూజలు, ప్రార్థనలు, దేవమందిరాలు, ప్రార్థనామందిరాలు, ఆచారాలు మొదలైన వాటిలోని వైషమ్యాలు స్పష్టంగా అనేక అనర్థములకు దారి తీస్తున్నాయి. ఒకడు తూర్పు దిక్కుగా ధ్యానించమంటే మరొకడు పడమటి దిక్కుగా నంటాడు. ఒకడు నిలుచుండి చేయవలెనంటే వేరొకడు కూర్చొని చేయాలంటాడు. ఒకడు విగ్రహారాధనకు అనుకూలుడు, మరొకడు ప్రతికూలుడు. ఒకడు శరీరమున ఆ దేవతా చిహ్నాలు ఉండాలంటాడు ఒకడు బొట్టుపెట్టుకోవాలంటే ఇంకొకడు అవసరం లేదంటాడు. మరొకడు బొట్టు అడ్డం పెట్టుకోవాలంటాడు. కాదు నిలువుగా నంటాడు వేరొకడు.

ఒక మతంలో జపయజ్ఞాదులు జరిపినంత మాత్రంగా స్వర్గాది పుణ్యాలు కల్గునని చెప్పితే వేరొక మతంలో వాటి అవసరం లేదని చెప్తారు. ఒక మతస్థుడు జుట్టు పెట్టుకోవాలనే నియమం కఠినంగా ఆచరిస్తే మరొక మతస్థుడు బోడి గుండే పుణ్యం గల్గించి మోక్షసాధనమైతుందని వాదిస్తాడు. ఈ విధంగా బాహ్య కార్యకలాపములన్నింటిలో అడుగడుగున తేడాలతో మతం నడుస్తుంది.

ఈ బాహ్య కార్యకలాపాలన్నీ వారివారి మత స్థాపకులు, గురువులు, మహాపురుషులు దేశకాల పాత్రా లను బట్టి మనస్సు శుద్ధి కావడానికి నిర్ణయించి నారని వివేకంతో గ్రహిస్తే తెలుస్తుంది. వారి వారి సాంప్రదాయములలో ఈ విధానంలో ఈ పని చేస్తే మేలవుతుందనే ఒక విధమైన (మౌలిక మనశ్శుద్ధి కల్గునని) నమ్మకం. అది ప్రతి మతస్థునికి అనుస్యూతంగా వస్తుంది. దాని ననుస రించి వారివారికి ఆ పద్ధతి మేరకే మనశ్శుద్ధి కల్గుతుందని తెలియుచున్నది.

మానవుని స్వభావములో గుణమో దోషమో ఒకటి ఉంది. తనపద్ధతే మంచిది. ఇతరులది మంచిది కాదన్నది. ఇతరులు తమ పద్ధతికి విరుద్ధంగా ఉన్నారనే అనహనము క్రమంగా ముదిరి ద్వేషమవుతుంది. ఈ ద్వేషమునకు ముఖ్యకారణము వీరిబాహ్యకార్యకలాపాల్లో తేడాలు.

వీరందరు ఈ స్థూలప్రపంచము కంటే వేరగు సూక్ష్మప్రపంచములో ప్రవేశిస్తే అందరూ ఒకేదర్శన అనుభవములను పొందుతారు. వివిధ రకాలైన యంత్రాలు (Machines) వస్తూత్పత్తి దీనితో బాటు ఇంకా వేరే పనులు కూడా చేయుచున్నవి. అవి పనిచేయుటకు మూల శక్తి విద్యుచ్ఛక్తి (Electricity). ఈ యంత్రములు చేయుపనులలో తేడాలున్నను వాటిని నడుపు చలన శక్తి ఒక్కటే కదా!

శ్లో || ఈశ్వర సర్వభూతానాం హృద్దేశే ర్జున తిష్ఠతి |
భ్రామయన్ సర్వ భూతాని యంత్రా గూఢా నిరామయా || -భగవద్గీత

ఈ సర్వభూతములు, యంత్రములు, అన్ని యంత్రముల కేంద్ర స్థానమైన హృదయంలో ఈశ్వరుడున్నాడు. తన మాయాశక్తి వల్ల ఈ యంత్రము లన్నింటిని నడుపుచున్నాడు. (ఇచ్చట మాయాశక్తి అనగా సూక్ష్మశరీరము అని గ్రహింపవలెను). అట్లాగే ఎన్ని మతములలో అన్ని కార్యకలాపములు వేరువేరుగ ఉన్నా, నడిపించు చైతన్యశక్తి ఒక్కటే. ఆచైతన్య శక్తే సూక్ష్మశరీరము(సూక్ష్మ ప్రపంచము). ఊహలతో కాకుండా ఒక నిర్ణీతమైన విధానముతో ఏకాగ్రతతో ఈ అనుభవాన్ని పొందవచ్చు. అన్ని మతముల వారు ఈ విధానమును కొంత పరిశ్రమ చేసి దర్శనానుభవము పొందితే వైషమ్యములు రూపుమాసి సర్వమత సామరస్యము కల్గుటకు సందేహము లేదు. అందరూ తమ శరీరములలో ఉన్న సూక్ష్మశరీరం దర్శించు యత్నం చేస్తే ఈ సమస్య పరిష్కారమైపోతుంది. ఇది ఆధ్యాత్మ విద్యలో మొదటి తరగతి.

మనస్సుకు మూడురకములైన గుణములు (సత్వ, రజో, తమో) ఉన్నాయి. వీటిలో రెండు గుణముల అంశలు పూర్తి తగ్గిన స్థితిపొందినచో అందరికీ ఒక్కటే దర్శనమగునని దర్శనములో చూడగలము, అపుడు అంతా ఒకే కేంద్రముకు చేరగలరు. అన్న సంగతి స్పష్టముగ తెలుసుకోగలము. ఈ స్థితి పొందవలెనన్నచో ఏకాగ్రతారూప అధ్యాత్మ విద్యలో మొదటి తరగతి (1st Standard) లో చేరి, శిక్షణ మేరకు సాధన చేయవల్సి వుంటుంది.

ఈ విషయము ఇంగా స్పష్టపడవలెనంటే, వెనుకటి అధ్యాయములలో మన శరీరము స్థూల, సూక్ష్మ, కారణములుగా ఉన్నవని, అట్లాగే స్థూల, సూక్ష్మ, కారణప్రపంచములున్నవని తెలుసుకొన్నాము. ప్రతి స్థూలశరీరము నందు, స్థూల ప్రపంచమందు మాత్రమే భేదములున్నవని, ఇవి తప్పని సరి అని తెలియుచున్నది. కాని స్థూల శరీరమును దాటి సూక్ష్మశరీరభాగమున ప్రవేశించినంతనే, అందరి సూక్ష్మశరీరములు ఒకే తేజోరూపమున ఉన్నాయని తెలుసుకొనవచ్చు. ఆ తేజో రూపముతో ఉన్న సూక్ష్మ శరీరం సహాయంతోనే సూక్ష్మ ప్రపంచములో వ్యవహరింపవలె. ఏ మతములోని వ్యక్తి అయినా ఏకాగ్రతా అభ్యాసములో చేరి, మొదటి సూక్ష్మలక్ష్యమును ఏకాగ్రము చేస్తే అతనికి జ్యోతిస్సు దర్శనమైతుంది. ఇది ఒక ప్రణాళిక. కొందరు హిందువులు- వారిలో అద్వైత, ద్వైత, శైవ, వైష్ణవ శాఖల వారు, కొందరు ముస్లిములు- వారిలో షియాలు, సున్నీ శాఖల వారు, కొందరు క్రైస్తవులు- వీరిలో క్యాథలిక్, ప్రొటెస్టెంటు శాఖల వారు, కొందరు బౌద్ధులు, జైనులు, ఈ విధంగా ఒక్కొక్క మతంలోని వివిధ శాఖలలో 25 సంఖ్య చొప్పున ఒక వంద మంది సాధకులు (అభ్యాసకులు) త్రాటక విద్య అను ఆధ్యాత్మ విద్యకు చెందిన మొదటివిద్యకు హాజరగుచూ, ఒక నిర్ణీతమైన వ్యవధిలో సూక్ష్మ లక్ష్యముపై ఏకాగ్రతా ధ్యానము చేసి, ఆ వ్యవధిలోగా, వారివారి అనుభవములు వ్రాసి సీల్డు కవర్లలో ఉంచి యోగ్యులగు పెద్దల సమక్షమున ఉంచి చూడగా, అందరికీ ఒకే జ్యోతిస్సు దర్శనమయినదని తెలుస్తుంది. ఇట్లు అన్ని మతముల వారు అభ్యాసంలో ఒకే అనుభవం పొందినప్పుడు వైషమ్యములు ఎక్కడ నుండి వస్తాయి? అపుడందరు అన్ని మతములు ఒకే కేంద్రమునకు చెందినవి. అనే సమరస భావాన్ని ఏర్పరచు కుంటారు. ఏ మతమువారికైనా ఏకాగ్రత సమావేశకేంద్రము అని తెలియ నగును. ఈ సూక్ష్మశరీరం అందరికీ తేజోరూపమే అని తెలిసినచో భేధములు సమసిపోవును. అదిపై అభ్యాసముతోనే సాధ్యము.

అయితే వారివారి మనః పాకమునుసరించి, ప్రయత్న తీవ్రతను బట్టి వ్యవధిలో తేడా రావచ్చునేమోగాని, ఫలితము పొందుటలో సగభాగం మందికి ఒకే అనుభవం కలుగగలదని చెప్పుటకు ఏసందేహము లేదు. అభ్యాసకులు తగిన నియమావళితో, ఆహార విహారముల విషయమై శ్రద్ధ వహించి, ఆవిధానము మేరకు ఆప్రక్రియ నడుప వలసి ఉంటుంది. ఒక శరీరము నుండి ఒక ప్రపంచము నుండి మరొక శరీరమునకు మరొక ప్రపంచమునకు ప్రవేశము పొంద వలెనన్నచో,

అది తగిన నియమము లేనిచో సాధ్యము కాదు. ఎందుకు సాధ్యము కాదు అంటే అదివిజ్ఞాన పరిశోధనను సరిగాఅర్థం చేసుకోలేని స్థితిఅని చెప్పవలసి వచ్చును. అన్నిమతముల అభ్యాసకులను ఒకచోట సమావేశపరచి ఋజువు చేసుకోవచ్చు.

కావున జీవితము సార్థకమొనరించుకోదలచిన వ్యక్తులు ఏమతము వారైనా, ఈఏకాగ్రతా రూప సమాహితం పొందనిదే మతములోని సత్య తత్త్వము తెలిసికొనలేరు. సామరస్యం పొందలేరు అని చెప్పగలము.

పైవిశేషములు, కర్మకలాపములు అంతర్నిహిత సత్యమును దర్శింప చేయలేవు. ఏ మతం వారైనా ఒక క్రమబద్ధమైన ఏకాగ్రతా అభ్యాసము లేనిదే అధ్యాత్మ జీవితములో ప్రవేశింపలేరు. ఆప్రవేశమందిన వారు మత సామ రస్యముతోనే ఉంటారు. కేవలం సూక్ష్మ శరీర, సూక్ష్మ ప్రపంచస్థితి పొందిన వారే ఇంతటి ఉత్కృష్ట సామరస్యమును సాధించ గలరనగా పరమకేంద్ర సత్యతత్త్వమును దర్శనానుభవము పొందిన మహాత్ములను గూర్చి ఏమి చెప్పగలము? వారు సర్వత్ర సమదర్శనులు కదా!

శ్లో ॥ **విద్యా వినయ సంపన్నే బ్రాహ్మణే గవిహస్తిని**
శునిచైవశ్వపాకేచ పండితాస్సమదర్శినః – భగవద్గీత

అనగా విద్యావినయ సంపన్నులగు బ్రాహ్మణుని యందు, ఆవునందు, ఏనుగు నందు, కుక్కయందు, కుక్కమాంసము తిను చండాలుని యందు పండితులు అనగా ఆత్మజ్ఞానులు సమత్వమును చూచెదరు.

అన్ని మతములు ఒకే పరమ కేంద్రమును చేరుతున్నాయి. అనే భావాన్ని, పుష్ప దంత విరచిత **శివమహిమ్నా స్తోత్రము** ఇట్లు వివరించుచున్నది.

త్రయీ, సాఖ్యం, యోగః, పశుపతి మతం, వైష్ణవమితి
ప్రభిన్నే ప్రస్థానే, పరమిద మదః పథ్యమితిచ
రుచీనాం వైచిత్ర్యాత్ ఋజు కుటిల నానాపథజుషాం,
నృణామేకో గమ్యః త్వమసి పయసామర్ణవ ఇవ.

ఓ పరమాత్మా! వైదికమతమని సాంఖ్యమని, యోగమని, శైవమని, వైష్ణవమని ఇట్లు త్రోవలు వేరువేరుగ వారివారి అభిరుచుల వైచిత్రిని బట్టి ఉన్నది. వారు వారు ఈనామతమే ఉత్కృష్టము ఈ నామతమే మంచిది అనుకొనుచున్నారు. ఆహా! ఆకాశము నుండి పడిన నీరు నదులుగా కొన్ని చక్కని త్రోవలలో, కొన్ని వంకర టింకర త్రోవలలో ప్రవహించినను, ఆ ప్రవాహము లన్నింటికి మహా సముద్ర

మెట్లు పరమగమ్యమో అట్లు అందరు మనుజులకు నీవే పరమ గమ్యముగ ఉన్నావు.

కావున ఇపుడు అన్ని మతములలో ఉన్న ఏకాగ్రత స్థాయికి ఎదిగిన వ్యక్తులు ఈ వివేకమును గ్రహించి, మా ఈ ఏకాగ్రతారూప అభ్యాసయోగ ప్రణాళిక ననుసరించి తెలుసు కొని - బాహ్యాచారాలు, పూజలు, ప్రార్థనలు మొదలైన క్రియాకలాపాలే పరమార్థం అనుకొంటూ, వృథా సంక్షోభం పొందుచూ కలహించు చున్న వారైన, తమ తమ మతములలో ఉన్న క్రింది జాతికి - అభ్యుదయ పూర్వక శ్రేయస్సుకు ఏకైక మార్గమగు ఈఏకాగ్రతా విధానమును అభ్యసింప జేసి, మాతో సహకరించి, శాంతి సుఖములు లోకానికి చేకూర్చెదని కోరుచున్నాము.

- ఓం తత్సత్ -

రెండవ ప్రకరణం

ఉత్తమ మానవ జన్మ

ఉపక్రమణిక :-

"జంతూనాం నరజన్మ దుర్లభం". జన్మ అంటే పుట్టుక. ఏదో ఒక భౌతిక శరీరాన్ని పొందడమే పుట్టుక కదా! ఈ లోకంలో ప్రతివ్యక్తి ఇప్పటి శరీరంతోనే శాశ్వతంగా ఉండాలనుకుంటాడు. కోర్కెలు తీరినా, తీరకున్నా ఇట్లే ఉండాలని, ఏరోగాలు వచ్చినా, ముసలితనం కలిగినా, అంగవైకల్యం కలిగినా ఈ శరీరంతోనే ఎప్పటికీ ఉండాలని కోరుకుంటాడు. కేవలం మానవుడే కాకుండా సర్వప్రాణికోటికీ ఇది తీరని వాంఛగా ఉంది. ముఖ్యంగా మానవునికి ఈ శరీరంతోనే తనకపుడున్న భోగ, ఐశ్వర్య, అధికారముల కన్నా గొప్పవాటిని పొందాలని ఉంటుంది. అంటే, ఈ మనుష్యజన్మ అత్యంత ప్రియమైనదిగా ఏర్పడి ఉన్నది. మిగిలిన పశుపక్ష్య క్రిమికీటకాదుల నీచ, హీన, దీన జన్మలు చూస్తూ వాటివలె తాను కాకూడదనుకుంటాడు మానవుడు.

ఆనీచజన్మలు వాటికెందుకు కల్గినాయి? మనకు ఈ మనుష్య జన్మ ఎందుకు కల్గింది? అనే విషయం దృష్టి సారించకుండానే మన జీవితాలను ముగిస్తున్నాము. కొంతమంది ఇదంతా దేవుని లీల అని అనుకుంటారు, మరికొంతమంది జీవితాలలోని వైషమ్యాన్ని (తేడాను) చూచి దేవుడు ఎంత పక్షపాతి, ఎంత నిర్దయుడు అని దైవదూషణ చేస్తారు.

కాని తత్త్వవేత్తలు ఈప్రకృతి రహస్యాన్ని జ్ఞానదృష్టితో చూసి, ఆయా జీవులు చేసుకున్నకర్మ వల్లనే రకరకాల జన్మలేర్పడుతున్నాయి అని తీర్మానించి నారు. ఈలోకంలో జనన మరణాలు, మిగిలిన జీవితాల్లోని వైవిధ్యాలు, మరణానంతర స్థితి వంటి వివిధ సమస్యలను చర్చించి ఒక సిద్ధాంతంగా తత్త్వ వేత్తలు ఏర్పరిచినారు. అదే కర్మసిద్ధాంతం. ఈ ప్రకృతి రహస్యము కర్మ సిద్ధాంతముతో మాత్రమే పరిష్కరింపబడుతుంది. కాని మన ఊహలు, హేతువులు, వాదాలు ఈ రహస్యాన్ని పరిష్కరించలేవని తెలుస్తుంది. ఈ విధం గా వివేచిస్తే చచ్చే ప్రతి ప్రాణి మళ్ళీ ఏదో ఒక జన్మను పొంది తీరాల్సి ఉంది.

ఉంది. ఎవరో కోట్లలో ఒకరు తిరిగి జన్మను పొందకుండా, జన్మ రాహిత్యాన్ని పొందినవారు ఉండవచ్చు. కాని, మిగిలిన వారందరు మళ్ళీ జన్మలు, శరీరాలు పొంది తీర్తారు. ఇది ప్రకృతి శాసనం. కాని మళ్ళీ వచ్చే జన్మ ఏది వస్తుందో ఏశరీరాన్ని ధరించవలసి వస్తుందో ఎవరు చెప్పగలరు? ఏం గ్యారంటీ? అన్ని ప్రాణులలో మనష్య జన్మ ఉత్తమోత్తమమయినది. మానవులకంతా ఇష్టమయినది ఎప్పటికి ఇదే ఉంటే బాగుంటుందని మన అనుభవంలో తెలుస్తూనే ఉంది. అయ్యో! పశువు గానో, పక్షి గానో, కీటకం గానో పుడితే ఎంత దుర్భరంగా ఉంటుందో ఊహించడానికే భయపడతాం. ఈ ప్రకృతి శక్తికి మనమెంత బానిసలమయినామో అని ఏడ్వాల్సి ఉంటుంది.

కాని, ఆవిధంగా ఏడ్వాల్సిన పని లేదని, మన భారతీయ తత్వవేత్తలు, ఋషులు అభయహస్తంతో ఓదారుస్తున్నారు. ఏకర్మ సిద్ధాంతం ప్రకారం నీవు ఇప్పటి జన్మలో మనిషి వయినావో ఆ కర్మ సిద్ధాంతం ప్రకారమే నీవు వచ్చే జన్మలో కూడా ఉత్తమ మానవునిగా తప్పక జన్మ నెత్తే ప్రణాళికను ఏర్పాటు చేసినారు. అదే కర్మ యోగంలో పరమోత్కృష్టమయిన అభ్యాసయోగం. ఆ అభ్యాస యోగికి మాత్రమే మరుసటి జన్మలో ఉత్తమ మానవజన్మ ప్రకృతి శాసన రీత్యా హక్కుగా భగవంతునిచే గ్యారంటీ ఇవ్వబడుతుంది అని యుక్తి యుక్తంగా హేతు వాద శాస్త్రీయ సమన్వయంతో ఈ ప్రకరణంలో చరించబోతున్నాము.

మొదటి అధ్యాయం

కర్మ

1.1 కర్మలు - వాసనలు :

కర్మ అంటే ఏమి అనే విషయాన్ని భగవద్గీతనుంచో వివరంగా చర్చించంద.

"నహి కశ్చిత్ క్షణమపి జాతు తిష్ఠత్య కర్మకృత్
కార్యతే హ్యవశః కర్మ సర్వః ప్రకృతిజై ర్గుణైః" - గీత. 3 అ. 5. శ్లో

జన్మ ఎత్తిన వాడెవడైనా ఒక్క క్షణం కూడా పని చెయ్యకుండా ఉండలేడు. మనం మనస్సుతో, వాక్కుతో, శరీరంతో అను క్షణం పని చేస్తూనే ఉన్నాము. ఇవన్నీ కర్మలే! ఇవి రెండు రకాలుగా కనిపిస్తాయి. బైటకు కన్పించేవి, బైటకు

కన్పించనివి. శరీరావయవాలతో చేసే పనులన్నీ బైటకు కన్పిస్తాయి. తినడం, పరిగెత్తడం, నడవడం, మాట్లాడడం-వంటివి. మనసుతో ఆలోచించి, భావించి నిశ్చయించుకోవడం వంటి కర్మలు బైటకు కన్పించవు.

ఈ కర్మలలో కొన్ని మంచివి, కొన్ని చెడ్డవి పరులకు మేలు చేసేవి పుణ్య కర్మలు, ఇవి కర్తకు సుఖాన్నిస్తాయి. పరులకు చెడు చేసేవి పాపకర్మలు, ఇవి కర్తకు దుఃఖాన్నిస్తాయి. ఇవి కర్మలు జరిగిన తర్వాత అవి అంతటితోనే ముగుస్తున్నట్లు సామాన్య దృష్టికి కనిపిస్తుంది. కాని ఈ కర్మల ప్రభావం మనలో ఉన్న అంతఃకరణం(మనస్సు, బుద్ధి, చిత్తము, అహంకారం)లో చేరి శాశ్వతంగా నిలిచి పోతుంది. టేపురికార్డరులో రికార్డు చేయబడినట్లు అన్ని పనుల ప్రభావం అంతః కరణంలో చేరి నిలుస్తుంది. ఒక వ్యక్తి యాభైసంవత్సరాల వయస్సులో కూడా తన బాల్యంలో జరిగిన విశేషాలను సవిస్తరంగా చెప్పగలుగుతున్నాడు. విద్యార్థి దశలో, పాఠశాలలో, స్నేహితులతో జరిగిన వింతలు, విడ్డూరాలు యాభై సంవత్సరాల తర్వాత కూడా జ్ఞప్తికి తెచ్చుకో గలుగు తున్నాడు. ఈ స్మృతికి కారణం అతని అంతఃకరణంలో ఆయాకర్మల వాసనలు నిల్చి ఉండటమేనని గ్రహించవచ్చును. ఇట్లే మరింత ముందుకుపోయి ఊహిస్తే, ఒక జీవితంలోని కర్మవాసనలు, సంస్కారాలు ఏవిధంగా అంతః కరణంలో చేరుతున్నాయో, అదే విధంగా అనేక కోటి జన్మలలో చేసిన కర్మ ప్రభావం, సంస్కారం అన్నీ సూక్ష్మశరీరంలోని అంతఃకరణంలో చేరి, నిలిచిపో తున్నాయి. మనం అక్కడక్కడ వార్తలలో గత జన్మ స్మృతులను గుర్తుకు తెచ్చు కుని, ఆజన్మలో తాను పుట్టిన ఊరు, తల్లిదండ్రులు భార్యలేదా భర్తలను గురించి తెలిపి, వారిని కలుసుకున్న వ్యక్తులను గురించి వింటున్నాము కదా!

కర్మను గురించి తెలుసుకోవడం ఎందుకు? జన్మకు కారణం కర్మ. కాబట్టి కర్మను గురించి తెలుసుకుని తీరాలని, ఆవిధంగా తెలుసుకోవడంలో మహా మేధావులే పొరపాటు పడుతున్నారని అర్జునునితో శ్రీకృష్ణుడు భగవద్గీతలో కర్మను గూర్చి వివరిస్తూ పలికినాడు.

కింకర కిమ కర్మేతి కవయోఽ ప్యత్ర మోహితాః

తత్తే కర్మ ప్రవక్ష్యామి యత్ జ్ఞాత్వామోక్షసే ఽ శుభాత్ - గీత 4అ 6శ్లో

కర్మను గురించి బాగా తెలుసుకున్నపుడే అశుభమైన సంసార వ్యామోహం నుండి బైట పడగలం! అట్లే ఈ కర్మ విషయం అరణ్యాము వలె ప్రవేశింప

శక్యం కాకుండా ఉంది అంటే చాలా దుర్జ్ఞేయము, విషమము కూడా. కర్మను గురించే కాకుండా వికర్మను గురించి, అకర్మను గురించి కూడా తెలుసుకోవలెనని కృష్ణుడు చెప్తున్నాడు.

కర్మణోహ్యాపి బోద్ధవ్యం బోద్ధవ్యంచ వికర్మణః
అకర్మణశ్చ బోద్ధవ్యం గహనాకర్మణోగతిః --గీత 4 అ 17 శ్లో

కర్మ సిద్ధాంతము ఇంత మహత్తరమయినదిగా ఉంటే కొంతమంది తాము ఆకర్మ ఫలాన్ని అనుభవిస్తూ కూడా పాపపుణ్యాలు స్వర్గనరకాలు లేవని, అన్నీ కల్పనలని, సమాజాన్ని నీతి నియమాల్లో ఉంచేందుకే, భయభక్తులను కల్గించడం మాత్రమే కర్మసిద్ధాంత ప్రయోజనమని అజ్ఞాన విలాపాలను వెలయిస్తున్నారు. ఇది హేతువాదానికి విరుద్ధము. మిక్కిలి లజ్జాకరము కూడా! **శ్రీ భగవానుడు కర్మవెంతో ముఖ్యమయిన దానిగా తెల్పుతూ ఉంటే దానిపై తగిన లక్ష్యం పెట్టక అధ్యాత్మ ప్రచారకులైన పెద్దలు కొంతమంది వారి ప్రబోధాలలో కర్మను గురించి తడవకుండానే అకర్మ బ్రహ్మము పరమాత్మ మోక్షము మొదలయిన వాటికే ప్రాముఖ్యాన్నిచ్చి ఈ భాగాన్ని దాటవేస్తున్నారు. వారి గంభీరాశయమేమో?**

కర్మను గురించి తెలుసుకుని సత్కర్మ ధర్మాచరణం అభ్యాసంతో అనుష్ఠించి నపుడే మానవ జీవితం సరళంగా ప్రశాంతంగా సాగిపోయేందుకు ఉత్తమ మానవత్వాన్ని పొందేందుకు సిద్ధమై సార్థక మవుతుంది. మరుసటి జన్మలో తప్పక ఉత్తమ మానవ జన్మను పొందగల్గడం అభ్యాస యోగికి మాత్రమే సాధ్యం. ఎందుకు ? దీనికి కారణం అతడు, చేసిన ఏకాగ్రతా రూప అభ్యాస యోగమే. పరమోత్కృష్టకర్మ ప్రభావమే. ముందుముందు ప్రకరణాలలో కర్మ యోగాలలోని విశేష వివరాలను తెలుసుకుందాం.

కర్మలు మూడురకాలు 1) సంచిత 2) ప్రారబ్ధ 3) ఆగామి కర్మలు

సంచిత కర్మ :- ధనాన్ని సంపాదించి నిల్వ చేసినట్లు, కర్మ ఫలాన్ని నిల్వ చేసుకోవడం. దీన్ని క్రెడిట్‌గా చెప్పుకోవచ్చును.

ప్రారబ్ధ కర్మ :- నిల్వ చేసిన ధనంలో నుండి కొంత భాగాన్ని తీసుకుని మన సుఖభోగాలకు ఖర్చుపెట్టడంవంటిది ప్రారబ్ధ కర్మ. దీని అకౌంటులో డెబిట్ గా చెప్పుకోవచ్చును.

ఆగామి కర్మ :– ప్రతిరోజూ సంపాదించిన ధనాన్ని నిల్వ చేసిన పెట్టెలోనే దాటుకోవడం వంటిది. దీన్ని రికరింగ్ డిపాజిట్ గా చెప్పుకోవచ్చును.

కస్తూరి కట్టిన గుడ్డలో కస్తూరి లేకున్నా చాలా రోజుల వరకు ఆవాసన పోకుండా నిలచి ఉన్నట్లు కర్మవాసనలు ఎన్నటికీ నశించవు. క్రియకు ప్రతిక్రియ ఉండటం ప్రకృతి శాస్త్ర నియమం. ఆ ప్రతిక్రియే వాసనగా మన అంతః కరణంలో నిలచి ఉంటుంది. ఆ వాసన ప్రభావాలే కర్మ ఫలాలనిస్తున్నాయి. తర్వాతి జన్మలు, పాపపుణ్యఫలాలు స్వర్గ నరక అనుభవాలు ఈ కర్మఫలాలు. స్థూల శరీరాలు ఎన్ని పోయినా కర్మ వాసనలు సూక్ష్మశరీరంలోనే శాశ్వతంగా నిలిచి ఉంటాయి. ఈ సూక్ష్మశరీరం ఎన్ని కోట్ల యుగాలయినా నశించదు. కాబట్టి ఈకర్మవాసనలు దానిలోనే ఉంటాయి. ఏదీ మనకు కనిపించదే! అని వాదించడం హాస్యాస్పదంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే మనలో ఉండే ప్రాణం, మనస్సు, మనస్సులోని భావాలు, యోచనలు కన్పిస్తున్నాయా! కన్పించలేదని అవి లేవనలేము కదా! అట్లే కర్మవాసనలు కూడా ఎన్ని కోట్ల జన్మలకయినా వాటి ఫలితాన్ని అప్పుతీర్చినట్లే మనం అనుభవించక తప్పదు.

అవశ్యమనుభోక్తవ్యం కృతం కర్మశుభాశుభం
నాఽభుక్తం క్షీయతే కర్మ కల్పకోటి శతైరపి

పుణ్యకర్మగాని, పాపకర్మగాని తప్పక అనుభవించవలసిందే. ఆవిధంగా అనుభవించకుంటే వందలకోట్ల కల్పాల కాలానికైనా ఆకర్మ నశించదు. దీన్నే శ్రీ శంకర భగవత్పాదులు "యుగ సహస్ర కోట్యంతరితాపి జంతోర్యా పురా భావితా వాసనా సా న విస్మృతి" అంటున్నారు. పూర్వ మింద్రియాలనుభవించిన అనుభవం వాసనారూపంలో ఉంటుంది కాబట్టి ఈ జన్మలో అభ్యాసం లేకున్నా ఇంద్రియాలకు ఆ నేర్పు ఉంటుంది. పసితనంలోనే కళలల్లో నిష్ణాతులయిన వారిని దీనికి తార్కాణంగా చూపించవచ్చును. వారి వెనకటి జన్మలలోని నేర్పే ఈ జన్మలో బాల్యం నుండి ఆయా కళలల్లో ప్రతిభాశాలిగా చేస్తున్నది. జన్మమెత్తిన ప్రతివాడు పూర్వసంస్కారం కలిగే ఉంటాడు. పూర్వ జన్మలు కర్మలు లేవని వాదించేవారికి ఆసంస్కారం పూర్వ జన్మకర్మల వాసనాఫలితమే.

1.2 కర్మ–చలనశక్తి :

శక్తి మన కన్నులకు కనిపించదు. దాని ఫలితాన్ని బట్టి అక్కడ శక్తి ఉన్నట్లు మనం తెలుసుకుంటున్నాం. అందుకే శక్తిః కార్యానుమేయయా అన్నారు.

విద్యుచ్ఛక్తి మనకు కన్పించకున్నా దాని వల్లవెలిగే దీపాలు , పని చేసేయంత్రాలవల్ల దాన్ని మనం తెలుసుకుంటున్నాం. అట్లే వైర్ లెస్, రేడియో, టెలివిజన్ వంటి వాటిలో నుండే ఆకర్షణ శక్తి వంటివి. కంటికి కానరా కున్నా తెలుసుకో గలుగు తున్నాం. అట్లే ఆంతరప్రకృతి అంతా వ్యాపించి ఉంది. చెట్లు, పంటలు, భూమి, నీరు, సూర్య రశ్మి ద్వారా ఈ శక్తిని సేకరించుకునే వృద్ధి చెందు తున్నాయి. వాటి నుండి వచ్చే ధాన్యాదులు ఆహారంగా మన శరీరంలో చేరి మనతో పనులు చేయిస్తున్నాయి.

మనం తినే ఆహారం మూడురకాలుగా మార్పుచెందుతుంది.1) పురీషము స్థూలభాగం 2) మాంసము మధ్యమ భాగము 3) మనస్సు సూక్ష్మ భాగంగా మారుతుంది. అట్లే మనం త్రాగే నీరు స్థూలభాగం మూత్రంగా, మధ్యమ భాగం రక్తంగా, సూక్ష్మభాగం ప్రాణంగా మారుతుంది. మరికొన్ని నేయి, పాలు, వెన్నలాంటి పదార్థాలు స్థూలభాగం అస్థి(ఎముక) మధ్యభాగం మజ్జ(మూలుగు) సూక్ష్మభాగం వాక్కుగా మారుతాయి. ఈవిధంగా చలన శక్తే మనతో కర్మలను చేయిస్తుంది. అదే సూక్ష్మశరీరంలోని అంతఃకరణం. శక్తి నిత్యత్వ సూత్రం మేరకు అదెప్పటికీ నశించదు నిత్యం చలిస్తూనే ఉంటుంది. అందుకే మనం ఒక్క క్షణమయినా పని చేయకుండా ఉండలే కున్నాం.

అన్న మశితం త్రేధా విభజ్యతే, తస్యయఃస్థవిష్ఠోధాతుః తత్పురీషం భవతి, యోమధ్యమః తన్మాంసం, యోఽణిష్ఠః తన్మనః

శారీరక శాస్త్రము.

"అన్నమయం హి మనః, ఆపోమయఃప్రాణః, తేజో మయీవాక్"

--ఛాందోగ్య 6-5-4.

1.3 (కర్మ)వాసనల ప్రభావం : (Influence of Instincts)

ఒక క్రియకు (action) తప్పక ప్రతిక్రియ (reaction) ఉండి తీరుతుంది. ఇది ప్రకృతి నియమం. చలన శక్తే అంతఃకరణంగా సూక్ష్మశరీరంలో నుండి మనం త్రికరణాలతో చేసే పనుల ఆకర్షణ శక్తిగా మారి కర్మల ప్రభావాన్ని తనలో చేర్చుకుంటుంది. ఇది కంప్యూటర్ ఫీడింగ్ వంటిది. ఆ వాసనలకు తగిన సమయం వచ్చినపుడుఆయాకర్మఫలాలకు తగిన శరీరాలను, సుఖ దుఃఖాద్యను భవాలను ఇస్తుంటుంది. ఇదెట్లుంటుందంటే విత్తనాలలోని అంకుర శక్తి

దేశకాలాలననుసరించి నిర్ణీత సమయాలలోనే ఫలితాన్నివ్వడం వంటిది. వృక్షాలు చాలా సంవత్సరాలకు గాని ఫలాన్నివ్వ లేవు. అట్లే కర్మ వాసనలు కూడా! మరణానంతరం సూక్ష్మ శరీరం నడిపే స్వర్గ నరక యాత్రాదులకు కర్మ వాసనలే కారణమవు తున్నాయి. ఇట్టి కర్మ సిద్ధాంతాన్ని భారతీయ తత్వవేత్తలు ఎన్నోయుగాల క్రితమే తెలిపినారు. ప్రతి భారతీయునిలో ఇది రక్త నిష్ఠగుణంగా ఏర్పడి, భారత జాతికి ప్రపంచంలో ఒక ప్రత్యేకతను సంతరించింది. కాని కొందరు దీన్నొక అవలక్షణంగా విమర్శిస్తారు. భౌతికాభివృద్ధికి కావలసిన కృషి, పట్టుదలలకు ఈ కర్మ సిద్ధాంతం అడ్డంకిగా నిలుస్తుందని తిరస్కరించి హేళన చేస్తారు. హేతువాదం ద్వారా కార్య కారణ సమన్వయంతో దీనిని వేదాంత శాస్త్రం ఖండిస్తుంది. కర్మసిద్ధాంతాన్ని ఒప్పుకొని వారిని ఈవిధంగా ప్రశ్నిస్తుంది. ఏదైనా కారణం లేనిది కార్యముండదు. ఈ జగత్తులో ఎన్నో రకాల ప్రాణులు ఎంతో వైషమ్యంతో హెచ్చు తగ్గులతో ఉన్నారు. దీనికి కారణమేమి? దైవ లీలగా చెప్పడం హేతువాద విరుద్ధం. అశాస్త్రీయం. దానికి కారణం అన్ని ప్రాణులకు ఇప్పటిస్థితికి వెనుకటి జన్మల లోని కర్మలే కారణం. ప్రాణులకు, ఆయుష్యము, సుఖ దుఃఖానుభవాలు, రూప విశేషాలు, జన్మ వంటి విషయాల్లో ఎంతో వైవిధ్యం ఉంది. దీనికి కర్మ సిద్ధాంతాన్ని సమన్వయించ కుంటే నిర్దిష్టమయిన సమాధానం లభించదు. కర్మ చేయబడకుండానే ఊరకే శూన్యం నుండి ఆయాఫలితాలు ప్రాణులను భవిస్తున్నాయనడం **అకృతాభ్యాగమం** అనే హేతువాద విరుద్ధదోషంగా నిలుస్తుంది. అట్లేమరొక విధంగా వింగడిస్తే ఏదైనా ఒక కార్యం మరొక దానికి కారణం గా మారవలసిందే. అంతటితోనే నశింపరాదు. శక్తి నిత్యత్వ సూత్రం కార్యకారణ నియమాన్ననుసరించి విత్తనం చెట్టుకు కారణం. మళ్ళీ ఆచెట్టు విత్తనానికి కారణం. అట్లే తండ్రి కారణం. కొడుకు కార్యం. మళ్ళీ ఆ కొడుకే తన కొడుకు కారణం అవుతున్నాడు.

ఈ సృష్టిలోని ప్రాణులు చేసే కర్మలు అంతటితోనే నశించి, శూన్యంలోనే కలిసిపోవు. అవి మరొక రూపంగా మార్పు చెంది తీరుతాయి. దీన్ని కాదనే మాటలు పిచ్చి వాని ప్రేలాపనలే. అవి హేతువాద విరుద్ధము. ఇప్పుడు చేసే కర్మలన్నీ రాబోవు జన్మలకు కారణం కావలసిందే. దాన్ని కాదంటే కృత విప్రనాశము (చేయ బడిన కర్మనశించడం) అనే దోషం కల్గుతుంది.

1.3. పాపపుణ్యకర్మలు-స్వర్గనరకాలు

వేదేషు యజ్ఞేషు తపస్సు చైవ, దానేషు యత్పుణ్య ఫల ప్రదిష్టం।
అత్యేతి; తత్సర్వమిదం విదిత్వా, యోగీ పరస్థానముపైతి చాద్యం॥
--గీత అ 8, శ్లో 28

వేదాలను బాగా అధ్యయనం చేసిన వారికి, యజ్ఞాలు సక్రమంగా చేసిన వారికి, తపస్సులు బాగా చేసేవారికి, దానాలు విరివిగా చిత్తశుద్ధితో చేసే వారికి ఏయే పుణ్యఫలం కల్గుతుందని శాస్త్రాల్లో చెప్పబడిందో దాని కన్నా మించిన పుణ్యఫలాన్ని అభ్యాసయోగి పొందుతున్నాడు.

పుణ్యకర్మలు ఎంత ఉత్కృష్టమయితే, అంత ఉత్కృష్టఫలాన్నిస్తాయి. పాపకర్మలు కూడా అంతే. కర్మ (పని) గంభీరమయ్యే కొద్దీ, సూక్ష్మమయ్యే కొద్దీ, ఆధిక్యాన్ని, ఉత్కృష్టతను పొందుతుంది. ఆకర్మకు పుణ్యఫలం లేదా పాపఫలం అదేస్థాయిలోనే పొందవలసి ఉంటుంది. "చేసుకున్న వారికి చేసుకున్నంత మహదేవా!" అనే నానుడి ఈ విషయాన్నే తెలుపుతుంది. పనికి తగినంత ప్రతిఫలాన్ని తప్పక పొందాల్సిందే.

కర్మ కొన్ని ఉపకరణాల (tools)వల్లే జరుగుతుంది. అవే త్రికరణాలు - మనస్సు, వాక్కు, శరీరం. ఈమూడింటితో మనం కర్మలు చేస్తున్నాం. శరీరంతో చేసే పనుల కన్నా వాక్కుతో చేసే పనులు, వాటి కన్నా మనస్సుతో - చేసేపనులు శ్రేష్ఠమయినవి. లౌకికోదాహరణగా ఒక ప్రాజెక్టు నిర్మాణంలో రాళ్ళు మన్ను మోసే వాడు, వాడి పర్యవేక్షకుడు, అందరికన్నా అత్యున్నతాధికారి (chief engineer) ఈ ముగ్గురి పని ఒక్కటే గాదు కదా! వారు ఉపయోగించే ఉపకరణాలు ఒకటి కన్నా ఒకటి శ్రేష్ఠతరమయినవి.

పుణ్యకార్యాలు కూడా పైన తెల్పినట్లు 3 రకాలుగా ఉంటాయి. ఏ పని అయినా ప్రకృతికి విరుద్ధం కాకుండా ఇతరులకు గాని, సమాజానికి గాని, హితాన్ని కల్గిస్తూ ఉపకారం చేసినట్లయితే దాన్ని పుణ్యకార్యం అంటాం. ఇంతకంటే విస్తృతంగా నిర్వర్తించడం, దానం, సమాజానికి సౌకర్యాన్ని కల్గించే పనులు చేయడం ఇవన్నీ పుణ్యకార్యాలే. ఇందులో వేదాలు, యజ్ఞాలు ప్రకృతి శక్తులయిన దేవతలకు సహకరిస్తాయి. తపస్సు పై యజ్ఞాదులకు తగిన యోగ్యతను మనఃశుద్ధిని కల్గిస్తుంది. దానాదులు, మేలును, సుఖాన్ని కల్గిస్తాయి. మొత్తానికి వన్నీ ప్రకృతికి విరుద్ధం కాకుండా లోకానికి సుఖాన్ని, హితాన్నీ కల్గించే పుణ్యకార్యాలు.

"దేవాన్భావయతానేన తే దేవా భావయంతువః|
పరస్పరం భావయంతః శ్రేయః పరమవాప్స్యథ||" - గీత 3 అ 11 శ్లో

"ఇష్టాన్భోగాన్హి వో దేవా దాస్యన్తే యజ్ఞభావితాః|
తైర్దత్తా నప్రదాయైభ్యో యో భుంక్తే స్తేన ఏవసః||
యజ్ఞ శిష్టాశినస్సంతో ముచ్యంతే సర్వ కిల్బిషైః|
భుంజతే తేత్వఘం పాపాః యేపచన్త్యాత్మ కారణాత్||"

-- గీత 3అ 12,13,14 శ్లో

ఈ పనులన్నీ "నమమ నమమ" నాకుకాదు, నాకు కాదు అనేసూత్రం అంతర్లీనమైన భావంతో జరిగే కర్మలు కాబట్టి పుణ్యకర్మలవుతున్నాయి. ఆయా పుణ్యకర్మలకు తగిన స్వర్గాది పుణ్య లోకాలు, తర్వాతి జన్మలు సంప్రాప్త మవుతాయి. తనకు పుణ్యం రావాలని చేసిన దాని కన్నా, కర్తకు ఉద్దేశ్యం లేకుండగా చేసినపుడు, పుణ్యకర్మలు ప్రకృతికి, లోకానికి, సహకారంగా పరిణమిస్తాయి. యజ్ఞాలలో జరిగే ఆజ్యాది హోమాలతో కలిగిన ఆవిరి వాతావరణ కాలుష్యాన్ని తొలగించి వర్షాలు కురిపిస్తుంది.

పైన పేర్కొన్న పుణ్య కర్మల ఫలానికి మించిన పుణ్యఫలాన్ని అభ్యాసయోగి పొందుతున్నాడు అని గీత ఘోషిస్తుంది.

దీనికి కారణం యోగి చేసే పని మిగిలినవారు చేసే అన్ని పనులకన్నా పరమోత్కృష్టం కావడమే. అది ఎట్లో వివరించుకుందాం. ప్రకృతికి సహకారం చేయడమే పుణ్యకార్యం అని తెలుసుకున్నాం కదా! అభ్యాసయోగి తన అభ్యాసంలో (సాధన) సత్త్వగుణ స్పందనలు ప్రకృతి అంతా వ్యాపింప చేసి సహకరిస్తున్నాడు. ఇది జగత్తుకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. అందుకే భగవానుడు అభ్యాసయోగిని **కళ్యాణకృత్** అని ప్రశంసించినాడు. మిగిలిన పుణ్యాత్ము లను కేవలం **సుకృతుల** ని పేర్కొన్నాడు.

ఈశ్వర సామ్రాజ్యంలో ఎవరెవరు వారి కర్తవ్యంలో భాగంగా లోకానికి ఏకొంచెం మేలు కలిగించినా అందుకు తగిన ఫలితాన్ని పొంది తీరుతారు. ఇది ప్రకృతిశాసన మహిమ. మరి చేసే పని సూక్ష్మమయ్యేకొద్దీ ప్రభావవంత మవుతుంది. ఎందుకంటే సూక్ష్మం కారణం కాగా, స్థూలము కార్యంగా ఉన్నాయి కాబట్టి. ఉదాహరణకు అణు విభజన. ఒక చిన్న భౌతిక పదార్థాన్ని విడగొట్టేపని సూక్ష్మమయ్యే కొద్దీ మహత్తరశక్తి ప్రకటితమవు తుంది కదా!

అట్లే అభ్యాస యోగి కూడా మనస్సును సూక్ష్మలక్ష్యంపై ఏకాగ్రం చేయడం వల్ల అదెంతో శక్తివంతమై దానికి తగిన స్థాయిలోనే పుణ్యలోకాలు, పునర్జన్మలు పొందగలుగుతున్నాడు.

1.4 పాప కర్మలు

పుణ్య కర్మలు కానివి పాప కర్మలు. పరులకు బాధ కల్గించేవి, సంఘానికి హాని, క్లేశం కల్గించేవి, ప్రకృతి సూత్రాలకు వ్యతిరేకంగా చేయబడే పనులు పాపకర్మలు. పాపపుణ్యకర్మలను సులభంగా నిర్వచించినారు.

"శ్లోకార్ధేన ప్రవక్ష్యామి యదుక్తం గ్రంధకోటిభిః|
పరోపకారః పుణ్యాయ పాపాయపరపీడనం.||"

"ఒరులేయవి యొనరించిన
నరవర! అప్రియము తనమనంబునకగు, తా
నొరులకునవి సేయకునికి
పరాయణము పకల ధర్మ పథములకెల్లన్."

అనే భారతినీతిలో పాపాలను గుర్తించడానికి సులభ పద్ధతి చెప్పబడింది. ఇతరులు ఏపని చేస్తే నీమనసుకు కష్టం కలుగుతుందో నీవు ఆపనులను ఇతరులకు చేయకుండుటమే సర్వధర్మాలలో శ్రేష్టము. అట్లే నీకు ఏపనులు చేస్తే సుఖం కలుగుతుందో ఆపనులు ఇతరులకు చేయడమే పుణ్యము అని చెప్పినట్లయ్యింది కదా! సర్వజన సమ్మతమయిన భగవద్గీతలో ఈ పుణ్య పాపాలను గురించి పెక్కుచోట్ల వివరింపబడింది. వాటిని పరిశీలించవచ్చు. కొన్ని శ్లోకాలను సూచిస్తున్నాం.

అధ్యాయం	శ్లోకం	అధ్యాయం	శ్లోకం
5	10	11	36
16	16	16	21
18	66	9	20-21

:- ★★★ :-

అధ్యాయము-2

మరణానంతర జీవుని స్థితి

2.1. ప్రాణుల గమనాగమనములు

స్వర్గనరకాలున్నాయా? అని సంశయపడే వారికి ఒక్కటే జవాబు స్వర్గానికో, నరకానికో పోయేది చనిపోయి నాక కదా! చచ్చిన వాడు తనస్థితిని మనకు చెప్పలేడు. తిరిగి మనకు కనిపించడు. కాబట్టి, స్వర్గనరకాదులున్నాయని ఎవరికయినా చచ్చినాకనే తెలుస్తుంది.

పై మాటలు అసభ్యంగా, మొరటుగా తోచినప్పటికి నాస్తికులకు ఇంతకన్నా సున్నితంగా చెప్పలేం. వేదాలు, శాస్త్రాలు, ఉపనిషత్తులు, గీత, బ్రహ్మసూత్రాలు మొదలయినవన్నీ స్వర్గాదులను గురించి చర్చించి, నిర్ధారణ చేసినాయి. ఆనిర్ధారణ చేసిన వారు అతీంద్రియ ద్రష్టలు. యోగ శక్తితో సూక్ష్మ దేహంతో అవన్నీ దర్శించి, స్వయంగా ఆయా లోకాలను సంచరించి చెప్పినారు. వారిమాటలే ఆప్తవాక్యాలు. వాటినే మనం ప్రమాణంగా తీసుకోవలె. మిడి మిడి జ్ఞానంతో అజ్ఞాన ప్రలాపాలు చేయరాదు. శ్రీశంకరులు ఈసందర్భంలో ఒక చోట ఇట్లంటారు. "**స్వర్గాదిలోకాలు కల్పితాలని అనేందుకు నీకేం యోగ్యత ఉంది? ఈఅనంతాద్భుత సృష్టిలో ఎన్ని విచిత్ర, విశేష ప్రదేశాలున్నాయో గ్రహింపగలవానీవు?**"

అద్వైత సిద్ధాంత సీమ లో శిఖరాగ్రాన నిల్చిన శ్రీ గౌడ పాదులు శంకరులకు పరమ గురువులు. వారి అజాత వాదం ప్రకారం ఈ జగత్తు, సృష్టి లేనే లేదు. అది కుందేటి కొమ్ము వంటిది. దీన్ని కొమ్ములు తిరిగిన పండితులే అర్థం చేసుకోలేరని బోధనాసౌకర్యం కోసం శంకరులు ఈజగత్తుకు వ్యావహారిక సత్యాన్ని ప్రతిపాదించారు. మనకు ఈ అనుభవంలోనున్న ఈ జగత్తు నిజానికి లేనే లేదు. భ్రమ కారణంగానే ఉన్నట్లని పిస్తుంది. అనేది అనుభవానికి వచ్చేవరకు వ్యవహారంలో ఉందని ఒప్పుకోవలసిందే. అదే స్థితిలో మిగిలిన లోకాలన్నీ కూడా కల్పితాలు కావు. మన ఎదుటనున్న జగత్తుకు వల్లనే, వ్యావహారిక సత్యం, స్వర్గనరకాదులకు కూడా అన్వయింపవలసి ఉంటుంది.

“బ్రహ్మైవాలిహ మిదం జగచ్చసకలం, చిన్మాత్రవిస్తారితం
సర్వం చైతదవిద్యయా త్రిగుణయాసేశం మయాకల్పితం
ఇత్థం యస్య, దృఢామతిః పరతరే నిత్యేపరే నిర్మలే
చండాలోఽస్తు సతుద్విజోఽస్తు గురు రిత్యేషా మనీషామమ”.

–మనీషా పంచకం. 3వశ్లో॥

హిందు తత్త్వ శాస్త్ర గ్రంధాల్లోనే కాకుండా క్రైస్తవ, మహమ్మదీయాది మతగ్రంధాల్లో కూడా స్వర్గనరకాలున్నట్లు చెప్పబడింది. అవివేరు, ఇవి వేరు అనుకోవచ్చా, లేదా ఒకటేనా? అని ప్రశ్నించుకుంటే అసలు స్వర్గనరకాలనేవి భూలోకం వలె స్థూల జగత్తుకావు. సూక్ష్మ జగత్తులోనివే. అవి ఎక్కడైనా ఉంటాయి. మొత్తానికి ప్రపంచంలోని మతాలన్నీ స్వర్గనరకాలను ప్రతిపాదించి, మనం చేసే పాపపుణ్యకర్మలను బట్టి మరణానంతరం వాటిని పొందుతామని ప్రబోధిస్తున్నాయి. ఈచర్చ ఇంతటితో ముగించవచ్చు.

మరణానంతరం జీవులేమవుతున్నాయి? వాటిగమనాగమనాలు ఏవిధంగా జరుగుతాయి? వాటిలో ఎన్నెన్ని చిక్కులు, క్లేశాలు, తికమకలు ఉంటాయి అనే వివరాలు తెలుసుకుంటే కాని అభ్యాసయోగికి, మిగిలివ వారికి గల తేడా తెలియదు. పునర్జన్మలో తప్పక ఉత్తమ మానవజన్మను పొందగల్గే అర్హత అభ్యాసయోగి మాత్రమే ఏవిధంగా పొందగలడో తెలుసుకోగలం.

Note:- –ఈసందర్భమంతా కర్మ, చలన శక్తి అనే భాగాన్ని గుర్తుంచుకొనే ఈప్రకరణాన్నంతా అర్థం చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

మరణానంతర జీవ చైతన్య గమనాగమనాలు భగవద్గీతలో విపులంగా చర్చించ బడినాయి. గీత 15వ అధ్యాయంలో 7,8,9,10,11 శ్లోకాలు.

7వశ్లోకం – జీవలోకంలో సనాతనమైన నాఅంశమే జీవుడుగా ఉంది. మరణ సమయంలో ఆజీవి చైతన్యం మనస్సుతో కూడా ఇంద్రియాలను ఆకర్షించుకుంటుంది.

8వశ్లోకం – ఎపుడయితే ఈ స్థూలశరీరాన్ని విడచిజీవుడు మరో స్థూలశరీరాన్ని చేరుతున్నాడో, మనస్సుతోకూడా ఇంద్రియాలను గ్రహించుకొని పోతున్నాడు. అంటే జీవచైతన్యం ఒక స్థూల శరీరాన్ని విడచి, మరొక స్థూలశరీరాన్ని వెంటతీసుకుని పోతుంది.

9వ శ్లోకం - స్థూలశరీరంలో ఉన్నపుడు త్వక్ చక్షుః శ్రోత్ర జిహ్వా ఆఘ్రాణ అనే ఇంద్రియాలకు మనస్సును అధిష్ఠించి స్పర్శ, రూప, శబ్ద, రుచి వాసన అనే విషయాలను అనుభవిస్తున్నాడు.

10 వ శ్లోకం - స్థూలశరీరం నుండి పైకి పోయేటప్పుడు గాని శరీరంలో ఉండి, ఇంద్రియానుభవాలు పొందేటప్పుడు గాని సుఖదుఃఖాదులు అనుభవానికి రావు. గుణాలతో కూడినపుడు గాని, జీవ చైతన్యాన్ని మూఢులు చూడలేరు. కారణం వారు ఇహ, పర లోక భోగాల చేత వ్యామోహిత చిత్తులై ఉండటం. జ్ఞాన దృష్టి కల వారు శాస్త్ర ప్రమాణంతో వివేకించి చూడగలరు.

11 వ శ్లోకం - సమాహిత చిత్తులయిన యోగులు ప్రయత్నంతో జీవ చైతన్యాన్ని (సూక్ష్మ శరీరాన్ని) చూడగలరు. చూస్తున్నారు. సమాహితం లేని వారు, దుష్టులు, గర్వితులు చూచేందుకు యత్నించినా చూడలేరు.

ఈవిధంగా శాస్త్రం బోధిస్తున్నా కొందరు వ్యక్తులు, సమాజంలోని కొన్ని సంస్థలు, "పాప పుణ్యాల్లేవు, స్వర్గనరకాల్లేవు గాలిగాలిలో, మట్టి మట్టిలో కలిసిపోతుంది. లేదా బూడిదగా మారుతుంది. ఇంతేకాక ఏముంది"? అంటూ మాట్లాడుతుంటారు. ఇటువంటివారిని గురించి కఠోపనిషత్తులో యమధర్మరాజు ఈవిధంగా చెపుతున్నాడు.

"నసాం పరాయః ప్రతిభాతి బాలం ప్రమాద్యంతం విత్తమోహేన మూఢం
అయంలోకః నాస్తిపరయితి మానేపునఃపునర్వశవ మాపద్యతేయే"

-కఠోపనిషత్, 2 వల్లి, 6వ శ్లోకం||.

---

7 శ్లో|| మమైవాంశో జీవలోకే జీవభూతస్సనాతనః|
మన షష్ఠానీంద్రియాణి ప్రకృతిస్థాని కర్షతి||

8 శ్లో|| శరీరం యదవాప్నోతి యచ్చాప్యుత్క్రామతీశ్వరః|
గృహీత్వైతాని సంయాతి వాయుర్గన్ధానివాశయాత్||

9 శ్లో|| శ్రోత్రం చక్షుః స్పర్శనం చ రసనం ఘ్రాణ మేవ చ|
అధిష్ఠాయ మనశ్చాయం విషయానుపసేవతే||

10 శ్లో|| ఉత్క్రామన్తం స్థితం వాపి భుంజానం వా గుణాన్వితమ్|
విమూఢా నానుపశ్యన్తి పశ్యన్తి జ్ఞాన చక్షుషః||

11 శ్లో|| యతన్తో యోగినశ్చైనం పశ్యన్త్యాత్మన్యవస్థితమ్|
యతన్తోఽప్యకృతాత్మానో నైనం పశ్యన్త్యచేతసః||

"బాలుడై, అజ్ఞానుడైనందువలనే అజ్ఞానుడయిన వాడికి పరలోక మార్గం కన్పించదు. వాడు ఇదే లోకం మరొకలోకమే లేదని తలుస్తున్నాడు. ఇట్లనుకుంటూ వాడు మళ్ళీ మళ్ళీ నా బారిన పడుతున్నాడు". - తెలుగునాట ఉండే ప్రసిద్ధమయిన రెండు నానుడులు గంభీరమయిన కర్మసిద్ధాంతాన్ని, ప్రాణుల మరణానంతర గతులను బోధిస్తున్నాయి. ఒకటి, పుట్టగతులుండవు. రెండు, రెంటికీ చెడినవాడు. మరణానంతరం జీవులకు రెండు మార్గాలున్నాయని గీత చెబుతుంది. ఆ రెండు మార్గాలలో ఏదీ పొందనివాడు రెంటికీ చెడిన వాడని అర్థం.

"శుక్ల కృష్ణే గతీ హ్యేతే జగతః శాశ్వతే మతే
ఏకయా యాత్యనావృత్తిః అన్యయా ఽ ఽ వర్తతే పునః" – గీత 8అ|| 26శ్లో||

జగత్తుకు శాశ్వతంగా శుక్లమార్గం (తెల్లని) కృష్ణమార్గం (నల్లని) అనే రెండు త్రోవలున్నాయి. మొదటి శుక్లమార్గం గుండా వెళ్ళినవాడు తిరిగి ఇచటికి రాడు. రెండవ దయిన కృష్ణ మార్గం గుండా వెళ్ళినవాడు తిరిగి ఈ లోకానికి వస్తున్నాడు.

పరమవైరాగ్యాన్ని పొందిన మహాపురుషులు, నిర్గుణోపాసకులు శుక్లమార్గం గుండా వెళ్ళి బ్రహ్మలోకం చేరతారు. వారికి పునర్జన్మ ఉండదు. ఈ మార్గాన్నే దేవయానం, అర్చిరాది యానమని బ్రహ్మసూత్రాలలో పేర్కొన్నారు. పుణ్యములు చేసిన వారు తపస్సులు యాగాదులు చేసినవారు, సగుణోపాసకులు, కృష్ణ మార్గం ద్వారా స్వర్గాది పుణ్యలోకాలు చేరి, సుఖ భోగాలు పొందుతారు. ఈ సుకృతుల త్రోవనే బ్రహ్మసూత్రాలలో పితృయానం లేదా ధూమాది మార్గం అని పేర్కొన్నారు. ఈ పుణ్య కార్యాలు చేసిన వారందరి కంటే మించిన గొప్ప పుణ్యాన్ని అభ్యాసయోగి పొందుతున్నాడు. అతడు మరణానంతరం పితృయానం ద్వారానే స్వర్గాది పుణ్య లోకాలలో సుకృతుల కన్నా ఎక్కువ కాలం సుఖ భోగాలను పొంది మళ్ళీ ఉత్తమ మానవ జన్మనే పొందుతాడు. ఇతర పుణ్యాత్ములకు మళ్ళీ మనుష్య జన్మే వస్తుందని గ్యారంటీ లేదు. ఒక వేళ వచ్చినా, వారి వారి కర్మ ఫలాన్ననుసరించి రోగిగానో, కుంటి గానో, గుడ్డి గానో, మూగ గానో, దరిద్రునిగానో, హీనునిగానో పుట్టవచ్చును. ఒక్క అభ్యాసయోగికి మాత్రమే ఖాయంగా ఉత్తమ మానవజన్మ తిరిగి ప్రాప్తిస్తుంది. దానికి కారణం అతడు చేసే పరమాత్మార్పణ కర్మ అభ్యాసయోగమే.

పైన పేర్కొన్న రెండుమార్గాలు కాక మూడవ మార్గం ఉంది. అది "జాయస్వమ్రియస్వ" అని శాస్త్రీయ పరిభాషలో చెప్పుకుంటారు. అంటే పుట్టడం, చావడం. మళ్ళీ మళ్ళీ పుట్టడం, చావడం. ఈ చక్రం నుండి బైటపడేది ఉండదని అర్థం. ఈవిధంగా జీవులంతా మరణానంతరం వారివారి కర్మఫలానుసారం పై మూడు త్రోవలలో ఏదో ఒక త్రోవలో పయనిస్తారు.

2.2 పాపుల మరణానంతర గమనాగమనం

పాపులు మరణించిన వెంటనే వారి సూక్ష్మశరీరం మరొక యాతనా శరీరాన్ని ధరిస్తుంది. మరణించిన తర్వాత ఒకటిన్నర గంట లేక రెండుగంటల లోపుననే యమదూతలు వచ్చి ఆయాతనా శరీరంలోని పాపజీవుని యమలోకానికి తీసుకుపోయి యముని ఆజ్ఞతో మళ్ళీ వాడువిడచి వెళ్ళిన స్థూల శరీరం (శవం) వద్దకు తీసుకుని వస్తారు. అపుడాపాపజీవుడు స్థూల శరీరంలో మళ్ళీ చేరడానికి ప్రయత్నిస్తాడు. యమదూతలు నిర్బంధిస్తారు. ఆ శవదహనం వెంటనే వాని పుత్రాదులు తిలోదకాలు, పిండప్రదానాలు చేస్తూఉంటే ప్రత్యేకంగా యమలోకానికి పోయేందుకు తగిన మరొక దేహాన్ని రోజుకొక అవయవం చొప్పున తయారు చేసుకుని, 13 రోజులలో సిద్ధ పరుచుకుంటుంది. అప్పుడు యమదూతలు బలాత్కారంగా లాగుకొనిపోతూ, దారివెంట ఆజీవుని పాపాలను ఉగ్గడిస్తూ, తిడుతూ, తంతూ, పిల్చుకొని పోతారు. ఈ ప్రయాణం 1 సంవత్సరం పడుతుంది. దినానికి సుమారు 247 యోజనాల ప్రయాణం జరుగుతుంది.

పుత్రాదులు చేసే, తిలోదక పిండ ప్రదానాలు ఆపాపికి త్రోవలో ఆహారంగా ఉంటుంది. మాసికాది శ్రాద్ధాల ద్వారా ఒక సంవత్సరం వరకు వానికి ఆహారం సమకూరుతుంది. సంవత్సరం తర్వాత వానికి ప్రేతత్వం పోయి వసు, రుద్ర, ఆదిత్య లోకాలు కల్గుతాయి. ఇవన్నీ గరుడపురాణంలోని విశేషాలు. అందులోనే పుణ్యకార్యాలు చేసిన వారి మరణాంతరగమనం ఈవిధంగా చెప్పబడింది.

2.3 పితృయానము (పుణ్యాత్ముల మరణానంతర గమనం)

యజ్ఞాది కర్మలు చేసిన వారు, పరోపకార పారీణులు, ధర్మాత్ములు, దాతలు, భగవద్భక్తులు, భగవన్నామస్మరణ చేస్తూ మరణించిన వారు, సగుణోపాసకులు వంటి పుణ్యాత్ములు పోయే మార్గం ఇది. అభ్యాసయోగులు

కూడా ఈ మార్గాననే పోతారు. వారికి మరణానంతరం తక్షణమే దేవ మాతలు వచ్చి, దివ్యదేహాన్ని ధరింప జేసి పుణ్య లోకాలకు తీసుకొని పోతారు. వారి ప్రయాణ క్రమం ఈవిధంగా ఉంటుంది. ధూమాభిమానదేవత, రాత్ర్యభిమాన దేవత, కృష్ణ పక్షాభిమాన దేవత, దక్షిణాయనాభిమాన దేవతల వల్ల పితృ లోకాలకు చేర్చబడుతారు. అక్కడి నుండి ఆకాశంచేరి చంద్రలోకం చేర్తారు. చంద్రలోక సుఖాలను పొందేందుకు తగిన జలాత్మక దేహం ఏర్పడు తుంది తర్వాత ఎవరెవరి పుణ్యానికి తగిన ఇతర పుణ్యలోకాలకు పోతారు. ఏలోకానికి వెళ్ళినా అక్కడి భోగాలను అనుభవించడానికి తగిన దేహాలను పొందుతారు.

2.4 దేవయానము (అర్చిరాది మార్గము)

నిర్గుణోపాసకుల, పరమవైరాగ్య సంపన్నుల మరణానంతర గమనాగమనాలు :-

పైన పేర్కొన్న వారు, యోగారూఢులు, దేవయానంలో ఊర్ధ్వ లోకాలకు పోతారు. వారు స్థూల దేహాన్ని వదిలిన వెంటనే, తేజోభిమాన దేవత తనలోకానికి చేరుస్తుంది. (సూర్యకిరణాలు కూడా వీరికి తోడ్పడుతాయి) తేజోభిమాన దేవత తన దగ్గర నుండి పగటినభిమానించే దేవత వద్దకు చేరుస్తుంది. అక్కడి నుండి క్రమంగా శుక్లపక్షాభి మాన, ఉత్తరాయణాభిమాన, సంవత్సరాభిమాన దేవతా లోకాలకు, అక్కడి నుండి సూర్యలోకానికి చేరుతారు. అక్కడినుండి చంద్రలోకానికి చేరుతారు. చంద్రుడు తనలోకం నుండి విద్యుదభిమాన దేవతా లోకానికి చేరుస్తాడు. బ్రహ్మలోకమునుండి ఒక దివ్యపురుషుడరుదెంచి వారిని విద్యుదభిమాన దేవతాలోకం నుండి బ్రహ్మ లోకానికి చేరుస్తాడు. ఆమహా పురుషులు బ్రహ్మతో బ్రహ్మ విచార గోష్ఠి జరుపుతూ, బ్రహ్మ కల్పము వర కుండి, ఆ చతుర్ముఖ బ్రహ్మతో సహా కైవల్యపదాన్ని (ముక్తిని) పొందుతారు.

పైవిధంగా మూడు రకాల జీవులు మరణానంతరం ఎక్కడెక్కడికి, ఏఏ విధంగా పోతారు తెలుసు కున్నాం. ఈ విధాన మంతా వారి వారి కర్మల (చలన శక్తి) ను బట్టి జరుగుతుందని మర్చిపోరాటు. తర్వాతి ప్రకరణంలో జీవులు తిరిగి ఈ లోకానికి వచ్చే(అవరోహణ క్రమం) పద్ధతిని తెల్సుకుంటాం. ఈలోకానికి వచ్చిన తర్వాత ఏఏ జన్మలు పొందుతారో తెల్సుకోబోతున్నాం.

అధ్యాయం-3

3.1 జీవుల పునరాగమనం

శుభైరాప్నోతి దేవత్వం, నిషిద్ధైర్నారకీం గతిం|
ఉభాభ్యాం పుణ్యపాపాభ్యాం మానుష్యం లభతేఽవశః ||

-పతంజలి యోగసూత్రములు-పా-శిమా.(యోగసుధాకరవ్యాఖ్య)

తా :- అతిపద్ధ పుణ్యకర్మల చేసినవాడు దేవత్వాన్ని పొందుతాడు. నిషిద్ధ పాపకర్మలతో నరకానికి పోతాడు. పుణ్యపాపాలు సమానంగా చేసినవాడు మనుష్యజన్మపొందుతాడు. ఇదంతా నానికర్మ ననుసరించి ఉంటుంది. నానివశంలో ఉండదు.

వెనుక ప్రకరణంలో జీవులలోని మూడు రకాలవారి మరణానంతర ఊర్ధ్వ లోక గమనాన్ని గురించి చర్చించినాము. ఇప్పుడు ఆమూడు రకాల జీవుల పునరాగమనాన్ని (అవరోహణ క్రమాన్ని) అంటే తిరిగి ఈ లోకానికి పునర్జన్మనొందెందుకు వచ్చే విధానాన్ని వివరించుకుందాం.

1) ఉత్తమ జాతి జీవులైన మహా పురుషులు, వైరాగ్య సంపన్నులు, నిర్గుణో పాసకులు దేవ యానంతో బ్రహ్మలోకానికి పోయిన వారు తిరిగి రారు. ముక్తిపొందేవరకు బ్రహ్మలోకంలోనే ఉంటారు. ముక్తులైన పిదప అఖండ బ్రహ్మానంద స్వరూపులౌతారు.

3) నీచ జాతి జీవులైన పాపులను గురించి తెల్సుకున్న తర్వాత ముక్తులు, అభ్యాసయోగులను గురించి చర్చించవచ్చు. పాపుల లక్షణాలను భగవద్గీత **16** వ అధ్యాయంలో **8** గా **10** శ్లోకాలలో వివరించినారు. వారంతా నరకంలో పడతారని శాస్త్ర తాత్పర్యం.

పాపమంటే ప్రాణులకు సమష్టి ప్రకృతికి బాధ కల్గించడం, ప్రకృతి శాసనానికి విరుద్ధంగా వర్తించడం, నీచ భావాలను కల్గి ఉండడం, ప్రచారం చేసి సమాజాన్ని తప్పుదోవ పట్టించడం. ఈ ప్రపంచానికి, (సృష్టికి) ఈశ్వరుడనేవాడే లేడు. ఈలోకం ఎవరి అదు పాజ్ఞలలో లేదు. ధర్మ సత్యములు అవసరం లేదు. కంటికి కనిపించని ధర్మాధర్మాల పాటించడం అవసరం లేదు. అవి సృష్టికి కారణం కాదు. ఈ దృష్టి లోనే వీరు తమ

ఉత్తమగతిని పోగొట్టుకుంటారు. పాపకర్మల పరిణామాన్ని తెలుసుకోలేక వీరు లోకకంటకులుగా ప్రవర్తిస్తారు. వీరివల్ల జగత్తుకు అహితమే కల్గుతుంది. ఐహిక చింతనలు, ఎన్నిటికీ తీరని వాటికోసం, జీవితాన్ని నాశనం చేసుకుంటారు. కామభోగం మాత్రమే పురుషార్థం అనుకుంటారు. ఆశాపాశశతంచేత బంధింపబడి, కామక్రోధాదులందే పరమాసక్తులై ఉంటారు. అన్యాయంతో, మోసంతో, దుర్మార్గంతో, దౌర్జన్యంతో పర ద్రవ్యాపహరణాసక్తులై ఉంటారు. వీరంతా ఘోర నరకంలో పడుతున్నారు.

"పాపశీలా నరాయాంతి దుఃఖేన యమయాతనాం"

పాపం చేసినవారు యమలోకయాతనలను దుఃఖంతో పొందుతున్నారు.

యమలోకం: –

మనకు సినిమాలప్రభావం వల్ల యముడంటేనే హాస్యాస్పదునిగా కనిపిస్తాడు. కాని అతడు ధర్మమూర్తి. సమవర్తి. ఈయముని లోకానికి వెళ్ళే మార్గం చాలా భయంకరంగా, బాధాకరంగా, దుర్గమంగా ఉంటుంది. గరుడ పురాణంలో ఈసంగతి విస్తారంగా వర్ణించబడింది. అది తెలుసుకుంటే కనీసం భయంతోనైనా పాపాలకు దూరంగా ఉండేందుకు అవకాశం ఉంది. జిజ్ఞాసువులు గరుడ పురాణాన్ని పరిశీలించగలరు.

3.2 చనిపోయిన వారికి అపకర్మలు చేయడం ఎందుకు?

మరణానంతర కర్మలు (ఔర్ధ్వ దైహికకర్మలు) శాస్త్రాలలో చెప్పబడినాయి. వీటిని అన్నిమతాల వారు తమ దైన పద్ధతిలో నిర్వర్తిస్తున్నారు. ఇవన్నీ కర్మ-చలనశక్తి సిద్ధాంతం పైనే ఆధారపడి ఉన్నాయి. దీని ప్రకారం చనిపోయిన వారు తప్పక ఆయాచోట్లకు (లోకాలకు) చేరి తీరాల్సి ఉంటుంది. ఇది మన కన్నులకకానరాదని వితండవాదులంటారు. ఇదంతా వ్యర్థమని బ్రాహ్మణులస్వార్థానికేర్పడిన వ్యవస్థని కూడా విమర్శిస్తారు. కాని ఆయా మతస్తులు వారి వారి పద్ధతిలో కర్మ కాండను చక్కగా నడుపుకున్నప్పుడే ఉత్తమగతి పొందగలరు.

ప్రేతలకు, వారినుద్దేశించి, చేసే తిలోదక పిండ ప్రదానాలు, శ్రాద్ధాలు, దానాలు, మొదలైనవన్నీ వారెక్కడున్నా వారికి తప్పక చేరుతాయి. నాస్తిక చార్వాక

వాదులనబడే వారు ఈవిధంగా వాదిస్తారు. "నీవు పెట్టే శ్రాద్ధాదులలో భోజనాదులు పై లోకాల్లో ఉన్న నీతల్లిదండ్రులకు చేరేటప్పుడు, బ్రతికి ఉన్నప్పుడు కూడా పై అంతస్తుల్లో వాళ్ళుంటే, క్రింది అంతస్తుల్లో భోజనం వడ్డిస్తే సరిపోతుంది గదా! పై అంతస్తుకే చేరని పదార్థాలు పైలోకానికి ఏవిధంగా చేర్తాయి? ఇదంతా వట్టి ట్రాష్."

నీరు, అన్నం తీసుకునే స్థూలశరీరానికి మలమూత్ర విసర్జన ప్రక్రియ ఉంది. కాని సూక్ష్మ శరీరానికిది లేదు. దీన్నే శృతి ఇట్లా చెప్తుంది.

"నవై దేవా అశ్నంతి, పిబంత్యేత దేవాఽమృతం దృష్ట్వా తృప్యంతి."

తా:- దేవతలు (సూక్ష్మ శరీరధారులు) ఆహారాన్ని నోట్లో వేసుకొని నమిలి మింగి త్రేన్పరు. చూచి మాత్రమే తిన్నట్లు తృప్తి పొందుతారు. కాబట్టి స్వర్గం వంటి ఊర్ధ్వ లోకాలకుపోయిన వారు (స్థూలశరీరాన్ని వదలి సూక్ష్మశరీరాన్ని ధరించిన వారు) చూపులతోనే తృప్తి చెందుతారు. అట్లే దేవతలు, పితృ దేవతలు భూత, ప్రేత, పిశాచాలు కూడా! స్థూల శరీరాన్ని (పంచ భూతాత్మకమైనది) విడిచి ఆయా పరిస్థితులకు తగినట్లుగా జలాత్మక, యాతనా, అతివాహిక దేహాలలోనున్న జీవులందరూ, వారినుద్దేశించి చేసే శ్రాద్ధాది కాలలోని దానాలను, భోజనాలను చూపులతోనే స్వీకరించి తృప్తులౌతారు. భాష్యార్క ప్రకాశిక ఇట్లా వివరిస్తుంది.

"యస్తు లింగ శరీరాదప్యైతి పలింగశరీరావచ్ఛిన్నః ప్రమాత్రైవతస్యచ వప్యతో గ్రసన కర్తృత్వం, శరీరస్యైవస్థూలస్య ,భోగాయత త్వేవతం వినాగ్రసనాఽసంభవాత్! నాపికేవల శరీ రస్య తదప్తిసుషుప్తి మూర్చా దేత దదర్శనాత్. కింత్వర్థి లింగశరీర స్థూలశరీరో భయావచ్ఛిన్న స్యైవ ప్రమాతుః శరీరావయవద్వారా అన్నాదిగ్రసనం".

తాత్పర్యం:-

స్థూలాన్ని విడిచి వెళ్ళే జీవునికి సూక్ష్మ(లింగ) శరీరం మాత్రమే ఉంటుంది. వానికి అన్నాదులను నమిలిమ్రింగడం ఉండదు. స్థూలశరీరానికి మాత్రమే అన్నాదుల వంటి భోగాలను అనుభవించేందుకు సాధ్యమౌతుంది. దానికి బుజువు సుషుప్తి(గాఢ నిద్ర)మూర్ఛ లల్లో ఈ స్థూల శరీరం అన్నాదులను తిన లేదుగదా! మరిదీన్ని బట్టి తేలేదేమంటే స్థూలశరీరంతో

సూక్ష్మశరీరం కల్సి ఉన్నప్పుడే అన్నం మొదలైనవి తినడం, మ్రింగడం సాధ్యమౌతుంది. అది స్థూలశరీరావయవాల ద్వారా మాత్రమే. ఈ వివేక జ్ఞానం లేని మందబుద్ధులు, అజ్ఞాన ప్రలాపాలలో శ్రాద్ధాది కర్మలను అవహేళన చేసి అధోగతిని చేతులారా తెచ్చుకుంటున్నారు. చూపులతో కడుపు నిండు తుందా? అనే వారి ప్రశ్నకు సమాధానంగా పరమేశ్వరుడు విలక్షణంగా మత్స్యాదులను సృష్టించినాడు.

"ఈ క్షణ, జ్ఞాన, సంస్పర్శైః, మత్స్య, కూర్మ, విహంగమాః
పోషయంతి స్వకాన్ పుత్రాన్, తద్వత్పండితవృత్తయః".
–జీవన్ముక్తి ప్రకాశిక.

తా:– తమసంతానాన్ని, చేపలు చూపులతోనే, తాబేళ్ళు మనస్సుతో అనుకోవడంతోనే, పక్షులు స్పర్శతోనే పోషిస్తున్నాయి. పెంచుతున్నాయి. అట్లే జ్ఞానులైన మహానుభావులకు కూడా చూపులు, తలపులు, స్పర్శలే జ్ఞానవృద్ధిని కల్గిస్తాయి.

పై సిద్ధాంతాలను బట్టి చనిపోయిన వారికి శ్రాద్ధకర్మలెందుకు చేయాలో ఋజువైంది గదా! అపరకర్మల విధానాన్ని కొంత పరిశీలిస్తే ఇంకా వీటిపై శ్రద్ధాసక్తులు పెరుగుతాయి.

మరణానంతరం ప్రేతకు యమలోక యాత్రలో సహాయం చేసేందుకు, యాతనాదేహాన్ని ధరించేందుకు 12 రోజులు తిలోదక పిండ ప్రదానాలు చేయవలె. జీవునకు 9 రోజులల్లో పెట్టిన పిండముల వల్ల ఒక్కోరోజు ఒక్కొక్క అవయవం గల్గి, 9 రోజులకు ఒకయాతనా దేహం తయారౌతుంది. ఆదేహం హస్తప్రమాణం (అంటే 1.5 అడుగులు లేదా 2 అడుగుల)లో ఉండి ఆకలి దప్పికలు కల్గి 11–12 రోజులలో ఇచ్చిన శ్రాద్ధాదుల పిండాలను భుజిస్తుంది.

కాని శ్రాద్ధకర్మలు చేయకుంటే ఆప్రేత నరకానికి పోలేక నిర్జనారణ్యాలలో బహు దుఃఖాలను అనుభవిస్తూ, ప్రేత రూపంలోనే కల్పాంతం ఉంటుంది. వారే దయ్యాలూ! భూతాలూ!

"పాపినాంనో పతిష్ఠంతి దానంశ్రాద్ధాం జలాంజలిః
అతః క్షుధ్వ్యాకులాయాంతి పిండ దాన భుజోఒపితే॥
భవంతి భూతరూపాస్తే పిండదాన వివర్జితాః।
ఆకల్పం నిర్జనారణ్యే భవంతి బహుదుఃఖితాః॥ –గరుడపురాణం. అ 1.

"అభుక్త్వాయాతనాం జంతుఃమానుషం లభతేనహి
అతోదద్యాదపం పిండాన్ దినేషు దశసుద్విజ"

"నాఽభుక్తం క్షీయతే కర్మ కల్పకోటిశతైరపి" -గరుడపురాణం. అ 1.

పాపులు నరకానికి పోయి శిక్షలు అనుభవింపకుంటే మళ్ళీ మనుష్యునిగా పుట్టేందుకు అవకాశం లేదు. కాబట్టి నరకానికి పోయేందుకు తగిన యాతనా దేహం పిండోదాకాలతోనే ఏర్పడుతుంది. అప్పుడే ప్రేతత్వం పోయి నరకయాత్ర కొనసాగుతుంది. అధిక పుణ్యాత్ములు నరకానికి అసలే పోరు. పుణ్యపాపాలు సమానంగా లేదా ఎక్కువ తక్కువగా చేసినవారు తప్పక నరకయాత్రచేయాల్సి ఉంటుంది. దీనినిబట్టి మరణాంతరం ప్రతిఒక్కరికి కర్మలు, పిండప్రదానాలు, తిలోదకదానాలు తప్పక చేసితీరవలసి ఉన్నదని స్పష్టమౌతుంది గదా!

13 వరోజు యమదూతలు పాపిని కోతిని వలె పట్టుకొని ప్రయాణం చేస్తారు. యమ లోకయాత్ర 86 వేల యోజనముల దూరం. ఒక రోజుకు 247 యోజనముల చొప్పున 12 నెలలు జరుగుతుంది. ఆవల 100 యోజనాల వైతరణి నదిని దాటి యమలోకం చేర్తారు. ఈ మధ్యలో దారిలో 16 పట్టణాలున్నాయి. ఈ సంవత్సరంలో ప్రేత పుత్రాదులు పెట్టే మాసిక శ్రాద్ధాలు (16)లో చేసే అన్నపిండ దానాదులు 16 పట్టణాల మజిలీలలో ఆహారంగా సరఫరా అవుతుంది. ఈవిధులు చేయకుంటే ప్రేత యమలోక యాత్ర దుస్సహంగా ఉంటుది. కొందరు ముందు జాగ్రత్తగా బ్రతికి యున్నప్పుడే స్వయంగా దానాలు చేస్తారు. దీన్ని ఆతుర దానమని పిలుస్తారు. ఈ దానాలు యమలోక యాత్రకు ఎంతో సహాయంగా ఉంటాయి. మరణానంతరం 12 వరోజు విశేషదానాలు (గో, భూ, హిరణ్య, శయ్యా దానాల వంటివి) చేస్తాము. ఇవి యమ లోకంలో బాధలు తగ్గించి, సుఖాన్ని కల్గిస్తాయి. పుణ్యాత్ములకు సద్గతిని కల్గిస్తాయి. సద్గతి అంటే స్వర్గాది పుణ్యలోకప్రాప్తి. యమపురికి 4 దిక్కులందు 4 ద్వారాలున్నాయి. దక్షిణ ద్వారమునుండి మాత్రమే పాపులకు ప్రవేశం. మిగిలిన మూడుద్వారాలనుండి పుణ్యాత్ములకు ప్రవేశం కల్గుతుంది. యమలోకంలో శిక్షలను ప్రాయశ్చిత్తరూపంగా అనుభవించి నప్పుడే పాపం తగ్గి ఎప్పుడో ఒకప్పుడు, సంచిత పుణ్యఫలంగా మనుష్యజన్మ పొందుతాడు. కావున యమలోక యాతనలు అనుభవించక, మానవజన్మ (పాపులకు) ప్రాప్తించదు. నరకానంతరం పాప శేషంతో తిర్యగ్యోను లందు

(పశువులు), తర్వాత పక్షులందు, ఈవిధంగా రకరకాల జన్మలతో పాప పుణ్యాలు సమానమైనప్పుడే మనుష్యజన్మ లభిస్తుంది 84 లక్షల జీవరాసులలో ఏదో ఒక జన్మ నెత్తుతూ, చివరికి ఏదో పుణ్య సంస్కారంతో మానవజన్మ నెత్తుతాడు జీవుడు. ఆమనుష్యులలో కూడా రోగులుగనో, కుంటి, గ్రుడ్డి, మూగ, చెవిటి వారిగనో, దీన హీన దరిద్రులుగనో జన్మించవచ్చు. మానవ జన్మ పొందినా దుఃఖాలనుభవించాల్సి ఉంటుంది. ఏఏపాపాలతో ఈహీన మానవ జన్మలు కలుగుతాయో చాలా వివరాలున్నాయి. కఠోపనిషత్ లో ధర్మరాజు ఇలా పేర్కొంటున్నాడు.

"యోనిమన్యే ప్రపద్యంతే మనుష్యాత్వాయదేహినః।
స్థాణుమన్యేప్రపద్యంతే యథాకర్మయథాశ్రుతం॥"

నరకాన్ననుభవించిన పాపజీవులు వారివారి కర్మనెట్లో, శాస్త్రములేవిధంగా నిర్ణయించినవో దానికి తగినట్లు కొందరు మానవజన్మను పొందుతారు. మరికొందరు స్థాణుత్వాన్ని పొందుతారు.

ఇదీ పాపుల అవరోహణవిధానం. అంటే నరకం నుండి భూలోకానికి దిగి వచ్చే పద్ధతి. వీరికి మానవజన్మ ఎంతోకష్టంగా, ఎప్పుడోవచ్చినా, దుఃఖంతో కూడి దీనంగా, హీనంగా ఉంటుది. మరణానాంతరం వారికి చేసే దానాలు పాపాలను కొంత తగ్గిస్తాయి. ఇక్కడొకప్రశ్న. ప్రతి వ్యక్తికీ ఆదాన ధర్మాలను చేసే ఆర్థికస్థోమత ఉంటుందా? లేనపుడెట్లా? వారికి పుణ్యసంపాదనకే అవకాశం లేదా? అనిసందేహం అవసరం లేదు. యథాశక్తి (తమశక్తి కొద్దీ) దానం చేసినా ఫలం సమానంగానే పొందుతారు.

"శ్రద్ధయాధార్యతే ధర్మః, బహుభిర్నార్థ రాశిభిః
నిష్కించనాహిమునయః శ్రద్ధావంతోదివంగతాః
తస్మాదవశ్యం ధాతవ్యం తదాదానం విధానతః
అల్పంబహువేతీతి గణనాంనైవకారయేత్
పత్రం పుష్పం ఫలంతోయం యోమే భక్త్యా ప్రయచ్ఛతి
తదహం భక్త్యుపహృతమ శ్నామి ప్రయతాత్మనః" -గరుడపురాణం.

జీవులు ఊర్ధ్వలోకాలనుండి తిరిగి భూలోకానికి తిరిగి వచ్చే విధానాన్ని గురించి ఇంకొంచెం వివరించుకుందాం.

1) దేవయానంలో బ్రహ్మజ్ఞానాన్ని పొందిన నిర్గుణోపాసకులు తిరిగి భూమికి దిగిరారు. చంద్రలోకంనుండి బ్రహ్మలోకానికి పోతారు.

2) పాపులు దిగివచ్చినా, వారికి ఒకక్రమపద్ధతిలో జన్మమెత్తడం అనే నియమం లేదు.

3) యజ్ఞాది కర్మలనొనరించేవారు (సుకృతులు), అభ్యాసయోగులు మాత్రమే భూలోకానికి దిగివచ్చే క్రమాన్ని కల్గియున్నారు. కర్మలు రెండు రకాలు. 1. ఐహికకర్మలు 2. ఆముష్మిక కర్మలు. ఐహిక కర్మలు ఈలోకానికి సంబంధించిన కోర్కెలను తీరుస్తాయి. ఆముష్మిక కర్మలు పరలోక సంబంధమైన కోర్కెలను తీర్చేవి. ఆముష్మిక కర్మ ఫలాన్ని చంద్రలోకంలో, ఐహిక కర్మ ఫలాన్ని భూలోకంలో అనుభవించాల్సి ఉంటుంది. చంద్రలోకం లో సుఖానుభవం ముగిసిన తర్వాత అక్కడ తయారైన జీవాత్మక దేహం గూడా క్షీణిస్తుంది. ఐహికకర్మఫలం పొందేందుకు ఆపుణ్యజీవులు భూలోకానికి దిగవల్సి ఉంటుంది. చంద్రలోక దేహం క్షీణించి, జలాది భూతాలు (పంచభూతాలు) మళ్ళీ సూక్ష్మరూపంపొందగనే జీవుడు దానిలో చేరి ఆకాశానికి దిగుతుంది. అక్కడినుండి క్రమంగా వాయుమండలం చేరి వాయు సమానుడై, కొంతకాలానికి మేఘమండలానికి దిగి, కొంతకాలం వరకు జలాధారంగా ఉండి మేఘరూపుడౌతాడు. అక్కడినుండి వర్షమాధారంగా భూమిని చేర్తాడు. ఆయామండలాలలో ఎక్కువకాలం ఉండవలసిన పనిలేదు. ఇకపైనే ఆలస్యమౌతుంది. వర్షధారల మూలంగా భూమినాశ్రయించిన జీవుడు ఆవర్షధార దేనిపై పడుతుందో దాన్నే ఆశ్రయించి ఉంటుంది. అది మానవుల ఆహారపదార్థాల పంటలపై పడినప్పుడు ఆజీవునికి గమ్య మేర్పడుతుంది. ఆఆహార పదార్థం భుజించేవాడు పురుషుడై, యౌవనవంతుడై ఉండడం, శరీరధార్ఢ్యరకల్గి ఉండడం, వాని భార్య గర్భ ధారణ సమర్థురాలై ఉండడం, వంటి పరిస్థితులన్నీ అనుకూలించినప్పుడే ఆజీవుడు ఆపురుషుని వీర్యంగా మారి, స్త్రీయందు ప్రవేశించి 9 నెలలు గర్భంలో ఉండిన తర్వాత ఉత్తర జన్మ ప్రాప్తిస్తుంది. అబ్బ! ఎంతకష్టమెంతకష్టము! **గహనో కర్మణాగతిః!**

పైన పేర్కొన్న జీవుడు వర్షధార ద్వారా ఏదో బండపై, భూమిపై, నదీమధ్యంలో పడినప్పుడేమవుతుంది. అని ఆలోచిస్తే పునర్జన్మ సాధ్యంకాక, సూర్యకిరణాల ద్వారా మళ్ళీ ఆకాశం చేరాల్సి ఉంటుంది. మళ్ళీ పైన చెప్పిన క్రమంలోనే వివిధ మండలాల్లో సంచరించి వర్షధారల ద్వారా భూమిపై ఆహార పదార్థాలను చేరితేనే జన్మ కల్గుతుంది. ఇట్లా ఎన్ని సార్లైనా జరుగువచ్చు.

పైవివేచననంతా తెల్సుకోవడం వల్ల మనం అర్థం చేసుకోవలసింది ఏమిటి? ఇప్పుడు పొందిన మనుష్యజన్మే గొప్పఅవకాశం కలది! దీనినుండి నీచజన్మలకు పోకుండా చేసుకోవడం మన చేతిలోనే ఉంటుంది.

జంతూనాం నర జన్మ దుర్లభం:-

ఈ సృష్టిలో 84 లక్షల జీవరాసులున్నాయని శాస్త్రజ్ఞుల నిర్ణయం. అవినాల్గు రకాలు.

1. అండజాలు- గ్రుడ్ల నుండి జన్మించేవి. పక్షులు, పాములు మొ॥
2. స్వేదజాలు- చెమటనుండి జన్మించేవి. పేలు, నల్లులు మొ॥
3. ఉద్భిజాలు- భూమినుండి జన్మించేవి. వృక్షలతా పర్వతాలు మొ॥
4. జరాయుజాలు- మావినుండి జన్మించేవి. పక్షులు, పశువులు మొ॥

పైనాల్గు రకాలలో మానవజాతి గొప్పదనాన్ని గురించి మన శృతి స్మృతి పురాణాలు ఎంతో విస్తృతంగా వివరించినాయి.

తైత్తరీయోపనిషత్తు ఈవిధంగా ప్రశంసిస్తుంది.

"పురుష ఏవవిస్తరామాత్మా సహి ప్రజ్ఞానేన సంపన్నతమః విజ్ఞాతం పశ్యతి, విజ్ఞాతం వదన్తి, వేత్తి శ్వస్తనం, వేత్తిలోకాలోకే, మర్త్యేనా మృత మీక్షతే. అథేత రేషాం ప్రాయశో ఉశనాయాపిపాసే అభిజ్ఞానం."

తా:- మానవునిలో మాత్రమే జ్ఞాన విజ్ఞానాలు పొందేందుకు, ఏ ఇతర జీవులకులేని, ప్రాణ, జ్ఞాన, వివేకాలు పరిపూర్ణంగా ఉన్నాయి. శిలామృత్తికాదులు అసలు ప్రాణానికే నోచుకోలేదు. వృక్షలతాగుల్మాదులకు ప్రాణం మాత్రం ఉంది. జ్ఞానం లేదు. పశుపక్ష్యాదులకు ప్రాణం జ్ఞానం ఉన్నాయి. కాని వాటి జ్ఞానం కేవలం వాసనాజ్ఞానమే (Instinct) వివేకజ్ఞానం కాదు (Reason). ఒక్క మానవునిలోనే ప్రాణ, జ్ఞాన, వివేకాలు, పరిపూర్ణ స్థాయిలో ఉన్నాయి. కనుకే పురుషుడన్నారు. విశ్వచైతన్యం పురుషునిలోనే అభివ్యక్తమైంది. అందుకే వాడు తెలివిగా చూడగలడు. మాట్లాడగలడు. రేపటివిషయాన్ని ఊహించగలడు. మంచి చెడ్డలను విభజించిచూడగలడు. మర్త్యలోకంలో పుట్టి అమృతత్వాన్ని పొందాలని ఆకాంక్షించగలడు. ప్రయత్నించగలడు. పొందగలడు.

మొత్తానికి ప్రాణమనో బుద్ధ్యాది పరికరాలు అన్నీ సమగ్రంగా పై స్థాయి

నందుకున్నది ఒక్కమానవుని లోనే! లోకంలో ప్రచారంలో ఉన్న అభియుక్తోక్తి కూడా అదే ప్రబోధిస్తుంది.

"ఆహార నిద్రాభయమైథునాని, సామాన్యమేతత్పశుభిర్నరాణాం|
ధర్మోహితేషాం అధికో విశేషః జ్ఞానేనహీనః పశుభిస్సమానః||"

తా:- ఆహార, నిద్ర, భయం, రతిక్రీడలు మానవులకు పశువులకు సమానమే. కాని ఆమనుష్యులకు ధర్మం(జ్ఞానం) ఒక్కటే విశేషంగా ఉంది. ఆధర్మం(జ్ఞానం) లేకుంటే మనిషి పశువుతో సమానమే.

మానవుడు తన ఇంద్రియసుఖాలననుభవించే విషయంలో ప్రకృతి నుండి వస్తువులను, ఆహారాదులను స్వతంత్రంగా సంపాదించుకోగల్గుతున్నాడు. తన వివిధ భావాలను తెల్పేందుకు వాక్కును, భాషను కల్గి ఉన్నాడు. చెప్పినవి, విని ఆయా అర్థాలు విషయాలు తెల్సుకుంటున్నాడు. ఇదే శ్రవణం.

విన్నవిషయాన్ని ఆలోచించడంలో కూడా మానవ జీవచైతన్యం ఎంతో శక్తి వంతమైనది. ఇదే మననం. ఆలోచించి, నిర్ణయించుకొని ఆవిషయాన్ని బుద్ధిలో నిల్పుకొనగల్గిన శక్తి గల్గి ఉన్నాడు. ఇదే నిధిధ్యాసం.

ఈ విధంగా బాహ్యావలోకనానికి, అంతరవలోకనానికి తగిన చైతన్య శక్తి సంపుటిగా మనుష్యుడున్నాడు. మనం పై ప్రకరణంలో వివరించుకొన్న పుణ్యకర్మలశక్తి ఫలితంగానే మానవ జన్మ లభించింది. కాబట్టి తత్త్వవేత్తలైన మహానుభావులు ఈవిధంగా హెచ్చరిస్తున్నారు.

"మహతాపుణ్యపణ్యేన క్రీయతే కాయ నేస్త్వహ|
పారందుఃఖాంబుధేర్గంతు, త్వర! యావన్నభిద్యతే||"

తా:- ఓయీ! నీవు గొప్ప పుణ్యద్రవ్యాన్ని వెలగానిచ్చి, ఇక్కడికి వచ్చేందుకు ఈశరీరమనే నౌకను కొనుక్కొన్నావు సుమా! ఈనౌక విరిగి పోకముందే ఈదుఃఖ సముద్రాన్ని దాటు.

అంటే ఎన్నో సుకృతాలు, సన్నివేశ సౌకర్యాలు, పరిస్థితుల అనుకూల్యత సమ కూడితే గాని మనుష్య జన్మ లభించదని తెలుస్తుంది కదా! మనిషిగా పుట్టి పరిపూర్ణత్వాన్ని (మోక్షాన్ని) సాధించు కొనేందుకు ,సుదుర్లభాలైన అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి. సూక్ష్మ శరీరంతో జీవుల గమనాగమనా లను గురించి, మానవ జన్మ పొందగల్గే సందర్భాలను గురించి శ్రీ స్వామి వివేకానందుల వారు తమ జ్ఞాన యోగ ఉపన్యాసంలో కూడా వివరించినారు.

వారి ఉపన్యాససారాంశంగా క్రింది మాటలను పేర్కొనవచ్చు.

వేదాంత మతప్రకారం సర్వభూతాలలో మానవుడు శ్రేష్ఠుడు. సర్వలోకాలలో, కర్మక్షేత్రమైన ఈభూలోకము శ్రేష్ఠము. ఇదేగదా పరిపూర్ణత్వమునొందు మహదవకాశాన్ని మానవునికి కల్పించేది. దేవతలు దేవయోనులు (Angles) మొదలైన వారంతా మనుష్యత్వమునొందిన గాని పరిపూర్ణులు కాలేరు. ఇదియే మహా కేంద్రము! అద్భుత సమస్థితి! అద్భుతావకాశము ఈ మానవ జన్మ! మానవ జీవితం!!

▫ ▫ ▫ ▫ ▫ ▫

అధ్యాయం - 4

అభ్యాసయోగికి మరణ సమయంలో ప్రకృతి శాసనం వర్తించదా?

యం యం వాపి స్మరన్ భావం త్యజత్యంతే కళేబరం|
తంతమేవైతి కేంతేయ! సదాతద్భావభావితః||- భగవద్గీత. అధ్యా-8. శ్లో-6.

తా:- జీవుడు మరణకాలమందు ఏఏభావాన్ని (శరీరాన్ని, దేవతను) భావిస్తూ శరీరాన్ని విడుస్తాడో, ఎల్లప్పుడు ఆశరీరాన్ని భావించి ఉండడం వల్ల, ఆయాశరీరాన్నే పొందుతున్నాడు.

భావనా బలంతో ఆశరీరాన్నే పొందుతాడని భగవానుడు చెప్పినదే ప్రకృతిశాసనం లేదా ప్రకృతినియమం. ఈనిర్ణయం మేరకు అభ్యాసయోగి మరణ కాలంలో తన విద్యలలో ఉన్న యోగ భూమికను స్మృతిలో నుంచుకొని భావించ లేక పోయి, ఇతర నీచ భావాలను స్మరిస్తూ మరణించి నప్పటికీ ఉత్తమ మానవ జన్మనే కొంత వ్యవధానంతో పొందుతున్నాడు. దీనికి భాగవతంలోని జడభరతోపాఖ్యానం చక్కని దృష్టాంతంకాగలదు.

భరతుడనే సామ్రాట్టు సర్వసంగ వర్జితుడై, అరణ్యంలో తపస్సు చేస్తూ, యోగాభ్యాసియై, యోగ విద్యలో ఉత్తమ స్థాయికి చెందిన (సగుణానికి పరాకాష్ఠయైన) హిరణ్యగర్భ విద్యను పొంది, హిరణ్మయ పురుషుని శరణునొందినస్థితిలో నుండినాడు. కాని ప్రారబ్ధ వశంతో పెంపుడు జింకపిల్లతో అనుబంధం పెంచుకున్నాడు. అదే సర్వస్వంగా తయారై అహోరాత్రులు గడిపినాడు. అట్టి స్థితిలో మరణ మాసన్నమైంది. జింక పిల్లనే స్మరిస్తూ దేహ

త్యాగం చేసినాడు. ప్రకృతి శాసనం ప్రకారం మరుసటి జన్మలో జింకగా పుట్టినాడు. పూర్వ జన్మలోని యోగశక్తి ప్రభావం వల్ల పూర్వ జన్మస్మృతికల్గి, యోగాన్ని మరచి జింకనైనానే అని నిర్వేద పడినాడు. ఆజింక జీవితాన్నికూడా పవిత్రమైన ఋషి వాటికల మధ్యనే నియమంగా గడిపి, ఆయువు తీరగానే ఉత్తమ బ్రాహ్మణులు లైన యోగులింట జన్మించి నాడు. పూర్వ జన్మలోని యోగసామర్థ్యం వల్ల నిస్సంగుడైన జ్ఞానియై నాడు. లోక వ్యవహారానికి పనికి రాని వాడైనాడు. అందుకే అతనిని జొన్నచేనుకు కావలిగా ఏర్పరిచినారు. దాదాపు జడ, బధిర, ఉన్మత్త స్థితి లోనున్నాడు. ఆసమయంలో సింధు దేశాధిపతి రహూగణుడనే రాజు తత్త్వజ్ఞానాన్ని పొంద గోరి, పల్లకీలో కపిలుని దర్శించ పోతున్నాడు. పల్లకీ జడభరతుడున్న చేనుముందగానే పోతున్నది. పల్లకీ బోయీలలో ఒకడు ఇతనిని చూచి పల్లకీ మోయిస్తామనుకొని, ఈడ్చుకు వచ్చి, భుజం పై పల్లకీ బొంగును ఆనించినాడు. నిస్పృహుడైన భరతుడు బరువు సరిగా మోయ లేక తొట్రు పడుచున్నాడు. ఎగుడు దిగుడుగా పల్లకి కదలాడడంతో ఆరాజు ఆగ్రహించి బోయీలను గద మాయించి నాడు. బోయీలు కారణంగా భరతుని చూపినాడు. రాజు భరతుని నీచంగా సంబోధించి, ఎందుకు సరిగా పల్లకీ మోయడం లేదన్నాడు. అప్పుడు భరతుడు నోరు విప్పి జవాబు చెప్పుట ప్రారంభించినాడు. ఆరాజు సుకృతం పండి, తత్త్వప్రబోధం అద్భుతంగా జరిగింది. రాజు జడభరతుని కాళ్ళపై బడి శరణు కోరినాడు. కృతార్థుడైనాడు. భరతుడ ఖండ బ్రహ్మైక్యాన్ని పొందినాడు.

ఈ జడభరతోపాఖ్యానము భాగవతం పంచమ స్కంధం లోనిది. ప్రసిద్ధమైన కథ. వలసిన వారు పరిశీలించగలరు. దీన్ని బట్టి మనం వివేచించు కోవాల్సిన ముఖ్య విషయం ఏమిటి? భరతుడు యోగ భ్రష్టుడై, మరణ సమయంలో జింకనే స్మరిస్తూ ప్రాణం వదలినా, అభ్యాసయోగ సామర్థ్యం వలననే, ప్రకృతి శాసనం మేరకు జింక జన్మకల్గినా, పూర్వజన్మపొందినాడు. తరించినాడు.

మరణ సమయంలో రెండు అవస్థ లుంటాయి. ఒకటి స్మృతి ఉన్నది. రెండు స్మృతి లేనిది. ఇదే కోమా లేదా మగత. స్మృతిఉన్న ఏశరీరాన్ని భావిస్తాడో ఆశరీరమే ప్రకృతి శాసనం ప్రకారం అనంతర జన్మలో వస్తుంది. స్మృతి లేని అవస్థలో మరణం సంభవిస్తే తప్పక ఉత్తమ మానవ జన్మనే

సిద్ధిస్తుంది. స్మృతి కల్గిన స్థితిలో మరణిస్తే, అభ్యాస యోగ భూమికలను విస్మరించి నప్పుడు వేరు జన్మలు కల్గినా (అవీ ఒకటి లేదా రెండు) కర్మ శేషం క్షయమైన వెంటనే, అభ్యాస యోగి, వెనుకటి యోగా భ్యాస సామర్థ్యం వల్ల ఉత్తమ మానవ జన్మను తప్పక పొందుతాడు. ఈ అవకాశం, సామర్థ్యం ఒక అభ్యాస యోగికి మాత్రమే ఉంటుంది. ఇతర పుణ్యాకర్మలు చేసిన సుకృతులకు ఈగ్యారంటీలేదు. వారికి మానవ జన్మ కల్గినా అది అన్నిరకాల ఉత్తమమైనది కాకపోవచ్చు. సామాన్య, నీచ, దీన, హీన, దరిద్ర జన్మలు కావచ్చు.

ఉత్తమ మానవ జన్మ అంటే ఏమి? అని ప్రశ్నించుకొని సమాధానం ఈ విధంగా చెప్పుకోవచ్చు. పరిశుద్ధులైన శ్రీమంతులైన యోగుల కుటుంబం లో జన్మించడం అని తీర్మానించవచ్చు. ఈ సందర్భంలో శ్రీశంకరాచార్యులు గీతాభాష్యంలో ఈవిధంగా చెప్తున్నారు.

"నకృతంచేత్ యోగాభ్యాసజాత సంస్కారాత్ బలవత్తర మధర్మాది లక్షణం కర్మ, తదా యోగాభ్యాస జని తేన సంస్కారేణ హ్రియతే. అధర్మశ్చేత్ బలవత్తరః కృతః తేన యోగజోఽపి సంస్కారః అభిభూయత ఏవ తత్ క్షయేతు యోగజస్సంస్కారః స్వయమేవ కార్యమారభతే. నదీర్ఘకాలస్థస్యాఽపి వినాశస్తస్యాస్తీత్యర్థః"

తా:- యోగాభ్యాసం వల్ల కల్గిన సంస్కారం కంటే బలవత్తరమైన అధర్మాదిలక్షణమైన కర్మ చేయబడకుంటే, యోగాభ్యాసంతో కల్గిన సంస్కారం చేత ఆకర్షింప బడుతున్నాడు. బలవత్తరమైన అధర్మము చేయబడినచో ఆ అధర్మం (కర్మ)తో యోగమువల్ల తగ్గించ బడుతుంది. ఆకర్మ క్షయమైన వెంటనే యోగాభ్యాస సంస్కారం తనంతకు తానే పని చేస్తుంది. కాలం దీర్ఘమైనా (చాలాకాలమైనా) ఆయోగాభ్యాససంస్కారానికి వినాశము లేదు. ఇక్కడ వినాశము అనే పదం ప్రయోగించడాన్ని చాలా జాగ్రత్తగా లోతుగావిచారించాల్సి ఉంది.

అభ్యాసయోగికి ఎక్కడా వినాశనవములేదు. దుర్గతిలేదు.

వినాశమంటే లేకపోవడం, కానరాకుండడం, తరగడం అనే అర్థాలు చెప్పుకోవచ్చు. గీత 2 వ అధ్యాయం సాంఖ్యయోగంలో **17,18,21** శ్లోకాలలో ఈవినాశ పదం ఉపయోగించబడింది.

"పార్థ! నైవేహనాముత్రవినాశస్తస్యవిద్యతే।
నహికళ్యాణ కృత్కశ్చిత్ దుర్గతింతాత! గచ్ఛతి॥" - గీత-6 అ- 40 శ్లో.

"అవినాశితుతద్విద్ధియేనసర్వమిదంతతం।
వినాశమవ్యయస్యాస్యనకశ్చిత్కర్తుమర్హతి॥
అంతవంత ఇమే దేహాః నిత్యస్యోక్తాఃశరీరిణః।
అనాశినోऽ ప్రమేయస్య తస్మాద్యుధ్యస్వభారత॥
వేదాऽవినాశినం నిత్యం యఏనమజమవ్యయం।
కధంసపురుషః పార్థ! కంఘాతయతిహంతికం॥" గీత.అ 2.శ్లో. 17,18,21.

వినాశనమంటే విశేషంగా నశించడం అనే అర్థం రెండురకాలుగా కన్పిస్తుంది. వయసెక్కువై ముసలి తనంలో తీవ్ర వ్యాధులతో శరీరం కృశించి, పోయినవాణ్ణి "నశించినాడు" అంటాం. మరణానంతరం దేహాన్ని కాల్చినప్పుడు కూడా "నశించినట్లే" చెప్పుకుంటాం. ఈరెండు రకాల అర్థంలో కూడా అభ్యాసయోగికి వినాశనం లేదు. అంతేకాక అతడు "కళ్యాణకృత్" కావున దుర్గతిని(ఉన్నస్థితి కన్నా తక్కువ స్థితిని) రివర్షన్ పొందడు. అని భగవానుడు నొక్కి చెప్తున్నాడు. దుర్గతి అంటే నీచహీన జన్మ అనిశంకరుల భాష్యము.

అభ్యాసయోగి చేసే మహత్తర కర్మ అంతరంగం లోనే కాబట్టి ఇతర కర్మిష్ఠులు చేసే పని కంటె మహత్తరమైన సామర్థ్యాన్ని కల్గి ఉంటుంది. కాబట్టి అతనికి అన్ని ప్రత్యేక అవకాశాలను, సౌకర్యాలను ప్రకృతి శాసకుడైన పరమేశ్వరుడు సమకూరుస్తున్నాడు. లౌకిక దృష్టాంతాలలో అభ్యాసయోగి మహత్తర ప్రత్యేకతను అర్థం చేసుకోవచ్చు.

ఒక పెద్ద వ్యాపార సంస్థలో పనిచేసే ఉద్యోగి ఆసంస్థఅభివృద్ధికై తన శక్తి సామర్థ్యాలను, ప్రతిభా పాటవాలను, విశ్వాసంతో వినియోగిస్తూ సేవిస్తున్నప్పుడు ఆ ఉద్యోగికి ఎన్నెన్నో ప్రమోషన్లనిచ్చి, దివ్యభోగాలను సమ కూరుస్తుంది సంస్థ. బిల్డింగ్, ఎ.సి.కారు. విమాన యానాలు, బసకు స్టార్ హోటల్స్‌వంటివాటిని ఏర్పరుస్తారు కదా! చివరకు యాజమాన్యంలో భాగం కూడా పొందవచ్చు. అట్లే అభ్యాసయోగి కూడా! మరొక దృష్టాంతము. పర్వతారోహకులు, పరమ సాహసికులు, నైపుణ్యం కలవారు ఆయా పర్వతాల నెక్కేటప్పుడు అంచె లంచెలుగా కొన్ని చోట్లకు చేరుతూ, అక్కడి నుండి క్రిందికి జారకుండా క్రమంగా పైపైకి చేరి, చివరకు పర్వత శిఖరాన్ని చేరుతాడు.

అచట విజయం సాధించి ఆనందాన్ని హాయిని పొందుతున్నాడు. అట్లే అభ్యాస యోగి కూడా అభ్యాస సామర్థ్యంతో వినాశనం లేకుండా, అధోగతి పొంద కుండా ఉత్తరోత్తరాభివృద్ధి చెందుతున్నాడు. ఇంకా విమర్శించు కుంటే అభ్యాస యోగి తన అంతరంగంలోని మనస్సు, ఇంద్రియాలలో ఉన్న అతి సూక్ష్మ పరిస్థితులను చక్కగా అమర్చు కొన్న స్థితిలోనే ప్రభావం పొందగల్గుతాడు. గమ్యం చేరగల్గుతాడు. అధోగతి లేని స్థితిలో ఈలోకంలో శాంతి అభ్యుదయా లను, పుణ్య లోకాలల్లో చిరకాలసౌఖ్యానుభవాన్ని పొంది, తరువాతి జన్మలో ఉత్తమ మానవునిగా అవతరించ గలడు.

కర్మ యోగంలో పరమోత్కృష్ట స్థానంలో ఉన్న అభ్యాసయోగ మహిమ అనిదంపూర్వం! అనన్యం! అందుకే భగవద్గీతలో శ్రీకృష్ణభగవానుడు అభ్యాసయోగ ప్రబోధ ఉపదేశ ఉపసంహార సన్నివేశాన్ని ఎంత సత్యశివ సుందరంగ తీర్చిదిద్దుతున్నాడో చూడండి!

"వేదేషు యజ్ఞేషు తపస్సుచైవ, దానేషు యత్పుణ్య ఫలం ప్రదిష్టం|
అత్యేతి తత్సర్వ మిదం విదిత్వా, యోగీ పరంస్థానముపైతి చాద్యం"||

గీత- ఆత్మ సంయమనయోగం- చివరి శ్లోకం.

తా:- వేదాధ్యయనం చేసినవారికి, యజ్ఞాలు చేసిన వారికి, కృచ్ఛ చాంద్రాయణాది తపస్సులు చేసినవారికి, విరివిగ దానాలు చేసినవారికి, శాస్త్రాల లో ఏపుణ్య ఫలాలు చెప్పబడినాయో, వానికన్నింటికీ మించిన పుణ్యఫలాన్ని అభ్యాసయోగి పొందుతున్నాడు.

అని చెప్తూ అభ్యాసయోగిని,(యోగారూఢుణ్ణి) దివ్యమంగళ సగుణ రూపముతో తన ఆనంద దివ్య ధామ ప్రాంగణంలో నిల్చి, కర స్పర్శతో స్వాగతమిచ్చి, లోనికి గొని పోయి, సచ్చిదానంద సుధాసాగరాన చేర్చు కుంటున్నాడు. ఆహా! ఆసుధాసాగర వీచికలపై నుండి వెలువడే మధుర శీతల మారుత వీచికలు, మనపై వీచి మనందరినీ అభ్యాస యోగానికై ప్రోత్సాహ భరితులను చేయుగాక!

జగదభ్యుదయానికై కళ్యాణకృత్తులైన అభ్యాసయోగులు వర్ధిల్లుదురు గాక!

శ్రీ శ్రీనివాస గురుదేవులకు జయం! విజయం!

\+ + + + + + + +

అభ్యాసదర్శన - అభ్యాసయోగము

మూడవ ప్రకరణం

కళ్యాణకృత్

"అభ్యాస యోగి ఒక్కడే జగత్కల్యాణకృత్తు"

కళ్యాణకృత్ - శబ్దార్థ వివరణ:-

కల్యం-సుఖం; అణయతి-ప్రాపయతి ఇతి కళ్యాణం-కళ్యాణం-కరోతి ఇతి కళ్యాణకృత్. కల్యమంటే సుఖం-ఆసుఖాన్ని కల్గించేది కళ్యాణం-ఆకళ్యాణాన్ని చేసేవాడు (కల్గించేవాడు) "కళ్యాణకృత్" గా పేర్కొన బడినాడు. అంటే లోకానికి సుఖాన్ని కల్గించే పనిని చేసే వాడు అనిభావం.

"శ్వశ్రేయసం శివం భద్రం కళ్యాణం మంగళం సుఖం" - అమరకోశం.

"కళ్యాణకృత్" అనే పదం ఉచ్చరిస్తేనే ఎంతో ముచ్చటగా, వినేందుకు ఇష్టంగా ఉందికదా! సహృదయులకు ఆహ్లాదాన్ని కల్గిస్తుంది. కళ్యాణశబ్దం ఏయే సందర్భాలలో ఏయే అర్థాలలో ఉపయోగిస్తామో వివరించుకోవడం అవసరం. కళ్యాణం-సుఖం, మంచి, మేలు అనేవి పర్యాయపదాలుగా చెప్పుకుంటున్నాం. ఇప్పుడు పొందుతున్న మేలు కంటే ఎక్కువ మేలును అంటే అభ్యుదయాన్ని కల్గించడం అని చెప్పుకోవచ్చు.

జగత్కల్యాణం, సీతాకళ్యాణం, పార్వతీ కళ్యాణం, రుక్మిణీ కళ్యాణం అని వాడుతున్నాం కాని రామకళ్యాణం, పరమేశ్వరకళ్యాణం, కృష్ణకళ్యాణం అని వాడడం లేదే! ఎందుకు? సామాన్యంగా అన్నిభాషలల్లో ముఖ్యంగా సంస్కృత భాషలో ముందు స్త్రీవాచకపదాలు తర్వాత పురుషవాచక పదాలు ఉపయోగిస్తారు. సీతారాములు, పార్వతీ పరమేశ్వరులు, రుక్మిణీకృష్ణులు మొదలైనవి. పై వాడుకలోని అంతరార్థం ఏదో సంకేతపరంగా వాడబడుతున్నట్లు అర్థం చేసుకోవచ్చు.

స్త్రీ ప్రకృతిరూపిణి, పురుషుడు పురుషస్వరూపం. అంటే ప్రకృతి పురుషులుగా ప్రతిబింబిస్తారు. స్త్రీవాచకాలకే కళ్యాణ శబ్దాన్ని వాడడంలో ఉండే అంతరార్థాన్ని ఈ విధంగా వింగడించవచ్చు. ప్రకృతికి సహజంగా

చైతన్యవికాసాలు లేవు. భగవంతుని (పురుషుని) సన్నిధిలోనే ప్రకృతి చైతన్యవికాసాలను, సుఖాన్ని పొందుతుంది. కాబట్టి సీత, గౌరి మొదలైన వారికి రామసన్నిధి, శంకర సన్నిధి సంఘటించినపుడే కళ్యాణం కల్గుతుంది. అందుకే భగవంతుణ్ణి "అతి కళ్యాణ రూపత్వాత్ నిత్యకళ్యాణ సంశ్రయాత్ మంగళానాంతు మంగళం" అని స్తుతిస్తారు. ఆయన కళ్యాణాన్నిమించిన కళ్యాణరూపుడు, ఎప్పటికీ మారని కళ్యాణమే భగవంతుడు. ఆయన సన్నిధానం వల్లనే ప్రకృతి చైతన్యవిలాసాన్ని పొంది, కళ్యాణాన్ని (సుఖాన్ని) పొందగల్గుతుంది. ఇదే స్త్రీవాచకాలకే కళ్యాణం అనడంలో ఉండే గంభీరార్థం. ఇది ఒక స్వారస్యమైన రహస్యం.

ప్రవృత్తి నివృత్తి ధర్మాలు:-

శ్లో॥ "లోకేస్మిన్ ద్వివిధానిష్ఠా పురాప్రోక్తా మయానఘా।
జ్ఞానయోగేన సాంఖ్యానాం కర్మయోగేన యోగినాం"॥- భగవద్గీత 3 అ3 శ్లో.

ఈలోకంలో ఈశ్వరుణ్ణి, సర్వజ్ఞుణ్ణి అయిన నేను, పూర్వం ప్రజలను సృష్టించి, వారి అభ్యుదయ నిశ్శ్రేయసాల కొరకు వారి యోగ్యతలకు తగినట్లుగా, రెండురకాల నిష్ఠలను (సాధనా పద్ధతులను) ఉపదేశం చేసినాను. సాంఖ్యులకు (ఆత్మఅనాత్మ వివేకం కలవారికి) జ్ఞాన యోగాన్ని, యోగులకు (కర్మలయందు నిష్ఠ కలవారికి) కర్మయోగాన్ని ఉపదేశించినాను.

పై రెండు పద్ధతులల్లో కర్మయోగం ప్రవృత్తి ధర్మం. జ్ఞాన యోగం నివృత్తి ధర్మం. ప్రవృత్తి అంటే బాహ్య లోకంలో ప్రవర్తించడం. నివృత్తి అంటే ఆ కార్యాలలో నుండి విరమించు కొని, వెనుకకు మరలడం. ప్రవృత్తి ధర్మంలో వేద విహిత ధర్మాలు, లోక ధర్మాలు, వర్ణధర్మాలు మొదలైనవన్నీ చేరతాయి. ధర్మం అంటే చక్కని స్థితిని కల్గించేది అనిఅర్థం. "**ధారణాత్ ధర్మ మిత్యాహుః**" అని నిర్వచనం. నివృత్తి ధర్మం అంటే ఆత్మానాత్మ వివేకంతో, నిర్గుణోపాసనతో, బ్రహ్మానంద స్థితిని పొంద గల్గడం. కర్మ యోగం సాధనం. జ్ఞాన యోగం సాధ్యం. అంటే సాధించదగినది. జ్ఞాన యోగం కూడా ప్రారంభావస్థలో సాధనం గానే కన్పిస్తుంది. కాని చివరికి "**సత్యం జ్ఞానం అనంతం బ్రహ్మ**"అనే స్థితిలో సుపర్యాప్తమవు తుంది. "సహిధర్మస్సు పర్యాప్తః బ్రహ్మణః పద వేదనే" అని కదా నిర్వచనం. సగుణ ధ్యానాదులన్నీ కర్మ యోగంగా, నిర్గుణ ధ్యానాదులన్నీ జ్ఞాన యోగంగా విభజించవచ్చు.

3.2 కర్మయోగం - రకాలు :-

కర్మయోగంలో ఉన్న వివిధ తరగతులను ఈవిధంగా విభజించుకోవచ్చు.

1) కృషి, వాణిజ్యం మొదలైన లౌకిక కర్మలు చేసేవారు.
2) వైదిక, పౌరాణిక(శ్రౌత, స్మార్త) కర్మలు చేసేవారు.
3) పూజలు, జపాలు, యజ్ఞాలు మొదలైనవన్నీ చేసేవారు.

సమాజసుస్థితికి భంగం కల్గించే నిషిద్ధ కర్మలే పాపకర్మలు. కోర్కెలు నెరవేర్చుకోవడానికి చేసే వాటిని కామ్యకర్మలంటాం. ఈ పుణ్యకర్మలను, ఈలోకంలో పరలోకంలో సుఖాన్ని పొందేందుకు చేస్తారు. వీటిని యథా శాస్త్రంగా చేస్తే, ఆయా ఫలాలను పొంద వచ్చునని వేదశాస్త్రాలు ఘోషిస్తున్నాయి.

"క్షిప్రహిం మానుషేలోకే సిద్ధిర్భవతి కర్మజా"
"యజ్ఞార్థాత్కర్మణోన్యత్రలోకోయం కర్మ బంధనః |
తదర్థం కర్మకౌంతేయ ముక్తసంగస్స మాచర||" - గీత- కర్మయోగం 9 వ శ్లోకం.

కర్మఫలాన్నాశించి కర్మలు చేసేవారు జననమరణ సంసారాన్ని తరించేందుకు ఎప్పటికీ అవకాశం లేదని తీర్మానించినారు. యజ్ఞార్థమై, కర్మలు చేయమని సర్వులను ఆదేశించినారు. అంటే జగచ్చక్రము సక్రమంగా ప్రవర్తించేందుకు ఈశ్వరప్రీతిగా కర్మలు చేస్తే అవి బంధకాలు కావు. సమాజానికి ఇష్టభోగాలను ప్రసాదిస్తాయి. దేవతలను యజ్ఞాలవల్ల తృప్తి పరిస్తే, వారు మనకిష్టభోగాలను ప్రసాదిస్తారు. ఈవిధంగా పరస్పరం ఇచ్చిపుచ్చుకొనే పద్ధతిలో శ్రేయస్సును పొందమని గీత బోధిస్తుంది.

"దేవాన్భావయతానేన తే దేవాభావయంతువః
పరస్పరం భావయంతః శ్రేయః పరమవాప్స్యథ" - గీత- కర్మ- 11వ శ్లోకం.

కర్మయోగంలో భగవానుడు కర్మయోగులను ఈవిధంగా విభజించినాడు లౌకిక కర్మలు చేసేవారు, వైదిక కర్మలు చేసేవారు, అంతరంగంలో మనస్సు ఇంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేసే అభ్యాసయోగులు, ఒకరికన్నమరొకరు ఉత్తరోత్తరం విశిష్టులని అధికులని పేర్కొన్నాడు. ఈకర్మ పద్ధతులన్నింటిని త్యాగం చేసేవారిని, చేసిన వారిని నివృత్తిధర్మంలో చేర్చవచ్చు. భగవద్గీతలో ఈప్రవృత్తి, నివృత్తి ధర్మాల్లో ఉండే వారిని సాధకులు, సిద్ధులు అని రెండు తరగతులుగా ఉన్నట్లు పరమార్థ ప్రస్థానంలో వివరించినారు. ఆవిశేషాలను మనం

అర్థం చేసుకుంటే అభ్యాసయోగిని మాత్రమే భగవానుడు కళ్యాణకృత్ గా ఎందుకు పేర్కొన్నాడో తెలుస్తుంది. ఈజగత్తు సృష్టిస్థితి అభ్యుదయంలో ప్రవర్తిస్తున్న మహాపురుషులను ప్రవృత్తి ధర్మంలో చేర్చవచ్చు. అఖండ అద్వైత స్థితిని పొందినవారిని పొందబోయే వారిని నివృత్తి ధర్మంలో చేర్చవచ్చు. వీరినందర్నీ ఆయా తరగతిని బట్టి తగిన పేర్లతో పేర్కొన్నాడు.

నివృత్తిధర్మంలోని వారు:-

1) స్థిత ప్రజ్ఞ 2) జ్ఞాని 3) మహాత్మ 4) గుణాతీత 5) భక్త (అనన్యభక్త)

ఈవిభజన వల్లనే ఒక మహత్తర ప్రణాళికను ప్రసాదించినాడు కాబట్టి ప్రస్థాన త్రయంలో గీతకు అగ్రస్థానం, ప్రచారం కల్గింది. **మానవుణ్ణీ వాని, వాని సంస్కారాన్ని ఎదుగుదలను బట్టి ఒక తరగతి నుండి ఇంకా పై తరగతికి క్రమంగా చేర్చే మహత్తరశాస్త్రగ్రంధమే భగవద్గీత.**

1) స్థిత ప్రజ్ఞ:- తన మనసులోనుండే అన్ని కోర్కెలను విడిచిపెట్టిన వాడు మనస్సును ఆత్మనందేనిల్పి సంతుష్టుడై ఉంటాడు. జగద్వ్యవహారంలో సుఖదుఃఖాలు తటస్థించినా కలత చెందడు. రాగం, భయం, క్రోధం బొత్తిగా లేనిస్థితిలో ఉంటాడు. మంచి కల్గినా, చెడ్డ కల్గినా అన్ని సందర్భాలలో ఆనందించడు, ద్వేషించడు. తాబేలు తన నాల్గుకాళ్ళు, తల ముడుచుకొన్నట్లు, తన పంచేంద్రియాలను విషయముల వైపు పోనీయకుండా ముడుచుకొని అంటే నిగ్రహించి, **"నేను ఆ పరబ్రహ్మ కన్న వేరు కాదు"** అనే సమాహిత స్థితిలో ఉంటాడు. స్థిత ప్రజ్ఞునికి మంచి చెడ్డల జోలి కాబట్టదు.

శ్లో॥ "మానావమానయోస్తుల్యః తథా మిత్రారి పక్షయోః
సర్వారంభ పరిత్యాగీ గుణాతీతస్స ఉచ్యతే"
"సగుణాన్సమతీత్యైతాన్ బ్రహ్మభూయాయ కల్పతే."

-గీత -14 వ అధ్యాయం - 25,26శ్లో.

2) జ్ఞాని :- తత్త్వవేత్తగా చెప్పబడినాడు. జ్ఞానినస్తత్త్వ దర్శినః. తనను సేవించే నల్గురు భక్తులూ ఉదారులే అనీ, జ్ఞాని తన స్వరూపమే అనీ, తుదకు తనలోనే చేరుతాడ నీ అందుకే జ్ఞానికి తాను, తనకు జ్ఞాని చాలా ప్రియులనీ భగవంతుడు పేర్కొన్నాడు.

శ్లో॥ చతుర్విధా భజన్తేమాం జనాస్సుకృతినోర్జున।
ఆర్తోజిజ్ఞాసురర్థార్థీ జ్ఞానీచ భరతర్షభ॥

శ్లో॥ తేషాం జ్ఞానీనిత్యయుక్తాం ఏకభక్తిర్విశిష్యతే।
ప్రియోహి జ్ఞానినోత్యర్థం! అహం సచమమ ప్రియః॥

శ్లో॥ ఉదారాస్సర్వ ఏవైతే జ్ఞానీ త్వాత్మైవ మేమతం।
అస్థి మితస్సహియుక్తాత్మా మమేవా నుత్తమాంగతిం॥

–భగవద్గీత 7 అ – 16 – 17 – 18 శ్లో

జ్ఞాని బ్రహ్మతత్త్వంలో అనన్యమైన స్థితిని పొందిన లేదా పొందబోతున్న వానిగా ఉంటాడు. కాబట్టి అతనికి కూడా జగత్తు యొక్క మంచి చెడ్డలు పట్టవు.

3) మహాత్మ:– జ్ఞానినే మహాత్మ అని భగవంతుడు ప్రస్తుతించినాడు. ఈ మహాత్ముడు అనేక జన్మల తర్వాత తన జ్ఞాన సంస్కారాల పరిపాకంతో భగవంతునిలో ఐక్యం అవుతున్నాడు. అప్పుడు సర్వం వాసుదేవుడే, అనే అనుభవాన్ని పొందుతాడు. ఇట్టి మహాత్ముడు మిక్కిలి దుర్లభుడు.

**శ్లో॥ బహూనాం జన్మనామ న్తేజ్ఞానవాన్మాం ప్రపద్యతే
వాసుదేవస్సర్వమితి స మహాత్మా సుదుర్లభః**

ఈ మహాత్మునికి మేలు, కీడు, సుఖం, దుఃఖం, ప్రకృతి, జగత్తు వంటివి విడివిడిగా తోచవు. అంతా ఒకే పరమాత్మ స్వరూపంగా భాసిస్తుంది. అపుడు జగత్కల్యాణం అన్నదే ఉండదు.

4) గుణాతీత:– ఇతడు సత్త్వ, రజస్తమో రూపమై ఉన్న జగత్తును దాటిన స్థితిలో ఉంటాడు. జగత్తును ఉదాసీనుడుగా ఊరకే చూస్తూ ఉంటాడు. త్రిగుణముల ప్రభావాలకు, పరిస్థితులకు చలించడు. ఇతనికి రాయి, బంగారం, నిందా, స్తోత్రం, మానం, అవమానం, ప్రియం, అప్రియం, మిత్ర పక్షం, శత్రుపక్షం అనేవే ఉండవు. అన్ని ప్రయత్నాలు, కార్యాలు పరిత్యాగం చేసి, ఎల్లప్పుడు చెదరని భక్తితో ఉండి, మోక్ష సామ్రాజ్యాన్ని చేరేందుకు సిద్ధం గా ఉంటాడు. ఇటువంటి వానికి జగద్వ్యవహారాలపై ఉండే ఉదాసీనత వల్ల దాని అభ్యుదయం పట్ల ఏమీ ఆలోచన ఉండదు.

5) భక్త:– భక్తుని సంగతి వివరించుకుంటే, సామాన్యంగా భగవంతుని అస్తిత్వాన్ని విశ్వసించే వారంతా భక్తులుగా చెప్పలేము. ఈభక్తులను మూడు రకాలుగా పేర్కొనవచ్చు. 1. ఆర్తభక్తుడు 2. అర్థార్థి 3. జిజ్ఞాసువు .

a. ఆర్త భక్తుడు:- తనకు కల్గిన మహాపదలో మునిగి, నీవే దిక్కని భగవంతుని సేవిస్తాడు. గజేంద్రుడు, ద్రౌపది వంటివారు ఆర్తభక్తులే. అట్టివారికి తమను గురించే కాని జగత్కల్యాణాన్ని గురించిన దృష్టి ఉండేందుకే వీల్లేదు.

b. అర్థార్థి:- ఇతడు భౌతిక వాంఛలను, భోగభాగ్యాలను సంపదలను పొందడానికి, భగవంతుని సేవిస్తాడు. వీళ్ళకు తమ కోరికలమీదనే దృష్టి. జగత్తుకు మేలు చేయాలనే ఆలోచనైనా రాదు.

C. జిజ్ఞాసువు:- భగవత్తత్వాన్ని తెలుసుకోవడమే. జగత్కల్యాణం గురించిన ధ్యాస ఉండదు. వీరే కాకుండా అనన్యభక్తుడొకడున్నాడు. అతని గురించి తెలుసుకోవడం చాలా అవసరం.

6) అనన్య భక్త:- జ్ఞానినే అనన్యభక్తుడని తెలుసుకోవాల్సి ఉంది. అతడు తనకు చాలా ప్రియుడని భగవంతుడు ఎన్నోసార్లు చెప్పినాడు. సర్వభూతాలందు ద్వేషం లేకుండా, కరుణ కల్గి ఉంటాడు. నాది, నేను అనే భావాలుండవు. సుఖ, దుఃఖాలందు, శీతోష్ణాదులందు, శత్రుమిత్రులందు, మానావమానము లందు సముడై ఉంటాడు. సమాహిత చిత్తుడై భగవంతుని పైనే మనస్సును, బుద్ధిని లగ్నం చేస్తాడు. ఇతని వలన లోకానికి ఎట్టి కలత కలుగదు. అట్లే లోకం వల్ల ఇతడెట్టి కలత పొందడు. నిస్పృహుడు. ఏకార్యమైన తటస్థిస్తే సమర్థంగా చేయగల్గుతాడు. ఉదాసీనుడు. ఏవ్యధలు లేనివాడు. దేనివల్ల సంతోషపడడు. దేనివల్ల బాధపడడు. దేనిని ద్వేషింపడు, దేనిని కోరడు. ఇతనినే భక్తిమాన్ అన్నాడు గీతాకారుడు. ఇతడొకే చోట నిల్చి నివసించడు. పరమాత్మ యందే స్థిర బుద్ధి కల్గి ఉంటాడు. ఇటు వంటి అనన్య భక్తుడు కూడ లోక కల్యాణాన్ని గురించి ఆలోచించడు.

పై వివేచన వల్ల వీరంతా జగత్కల్యాణకారులు కారని నిశ్చయమైంది.

3.3 అజాతవాదము

మాండుక్యోపనిషత్, శ్రీ గౌడ పాద కారికలు మొదలైన శాస్త్రాలల్లో తెలుప బడిన అజాత వాదము అద్వైత సిద్ధాంతంలో శిఖరాగ్రస్థాయిని చేరి నట్టిది. సిద్ధులైన స్థితప్రజ్ఞాదుల దృష్టికి అసలీజగత్తు లేనే లేదు. పుట్టనే లేదు. సృష్టి స్వప్నముతో సమానమని తేలుతుంది. ఇది శశిశృంగము (కుందేటి కొమ్ము) వంటిది. వంధ్యా పుత్రుని (గొడ్రాలి కొడుకు) వంటిది. దీనినే మిథ్య అంటాం.

ఆమహోన్నత భావాన్ని అర్థం చేసుకోలేని, అందుకోలేని వారి కోసం కొంతస్థాయి కిందికి దిగి వ్యవహారానికి మాత్రమే ఈ జగత్తు ఉందని, పరమార్థంలో లేదని వివరించినారు. దీనినే వ్యావహారిక సత్యం అంటారు. ఇట్టి జగత్తుకు మేలు, కీడు ఉన్నాయని కొంత క్రింది స్థాయికి దిగి వచ్చి భగవద్గీత ఉపనిషత్తులు చెప్తున్నాయి. ఈ అజాత వాద స్థాయిలో మనకు నవ్వుపుట్టించే ఒక విషయం చెప్పుకుందాం.

నివృత్తి ధర్మంలో పరాకాష్ఠ పొందిన వారు ఈ జగత్తునకు కళ్యాణం చేయాలనే భావాన్ని ఈవిధంగా గేలి చేస్తారు. ఒక గొడ్రాలికి పుట్టని కొడుకుకు అనేక సౌకర్యాలు కల్పించి, పెంచి పెద్దచేసి పెళ్ళి చేయవలెనన్నట్లు ఉంటుంది.

ఇక్కడొక సంశయం కలుగుతుంది. అదేమంటే నివృత్త ధర్మ నిష్ఠులవల్ల లోకానికి ఏమీ ఉపయోగమే లేదా? అని దీనికి ఈవిధంగా సమాధానం చెప్పుకోవలె. ఆమహాత్ములు జగత్కల్యాణాన్ని మించిన నిత్యకళ్యాణ స్వరూపంలో చేరినారు. వారు ఏ ప్రయత్నం చేయకున్నా, ఏమీ సంకల్పించ కున్నా, వారు ఉన్న స్థితి లోనే వారి సన్నిధాన శక్తితోనే జగత్ కళ్యాణము జరుగుతుందని తెలుసుకోవలసి వుంది. భగవద్గీతలో పురుషోత్తమప్రాప్తి యోగంలో ఈ విధంగా చెప్పబడింది. లోకంలో క్షరుడు అక్షరుడుఅనే ఇద్దరు ఉన్నారు. క్షరుడు సర్వ భూతాలలో ఉంటాడు. అక్షరుడు కూటస్థుడు. కమ్మరి వద్ద నుండే దాగలి వంటి వాడు. వీరిద్దరి కంటే ఇతరుడు ఉత్తమ పురుషుడు. ఇతడే పరమాత్మ అని పేర్కొనబడుతున్నాడు. ఆపరమాత్మ మూడు లోకాల్లో చేరి స్వరూప స్వభావ మాత్రం చేతనే అన్ని రూపాలు ధరిస్తున్నాడు. అతడు అవ్యయుడు. ఈశ్వరుడు.

సత్త్వరజస్తమో గుణాత్మికయిన ప్రకృతి నా అధ్యక్షతతో సచరాచర జగత్తును సృష్టిస్తుంది. ఈ కారణం చేతనే ఈ జగత్తు సుఖ దుఃఖాలతో విశేషంగా పరివర్తనం చెందుతుంది.

శ్లో॥ *ద్వావిమౌ పురుషౌలోకేక్షరశ్చాక్షర ఏవచ*
క్షరస్సర్వాణి భూతాని కూటస్థోక్షర ఏవచ

శ్లో॥ *ఉత్తమః పురుషస్త్వన్యః పరమాత్మేత్యుదాహృతః*
యోలోకత్రయమావిశ్యబి భర్త్యవ్యయ ఈశ్వరః

-గీత- 15 అ- 16,17 శ్లో.

శ్లో॥ మయాధ్యక్షేణ ప్రకృతిస్సూయతే సచరాచరం
హేతునానేన కౌంతేయ! జగద్విపరివర్తతే -గీత-అధ్యా 9- 10 శ్లో.

శ్రుతి ఇంకా ఇలా చెప్తుంది. ఒకే ఒక దేవుడు సర్వ భూతాలలో కానరాకుండా గూఢుడై ఉన్నాడు. అతడు సర్వ వ్యాపి. సర్వభూతాలకు అంతరాత్మ సర్వభూతాలల్లో అధివసించి ఉన్నాడు. అన్ని కర్మలకు అధ్యక్షుడై సాక్షిమాత్ర చైతన్యమైన కేవల నిర్గుణుడు. జ్ఞానుల అనుభవం పై విధంగా ఉంటుంది. అఖండ చైతన్యము యొక్క సన్నిధానప్రభావంతో, ప్రకృతి సర్వ జగత్తును సృష్టించి, కళ్యాణాన్ని కల్గిస్తుంది. కాబట్టి జ్ఞానులు **కళ్యాణకృత్** లు కాదని అపోహపడరాదు. వారు అకర్తలు-అభోక్తలు. సాక్షి మాత్రులు ఇంకా పైస్థాయిలో సాక్షి మాత్రులు కూడా కారు.

మంత్ర: ఏకోదేవస్సర్వభూతేషు గూఢః సర్వవ్యాపీ సర్వభూతాంతరాత్మ
కర్మాధ్యక్ష సర్వభూతాధి వాసః సాక్షీ చేతాః కేవలో నిర్గుణశ్చ.

శ్లో॥ ప్రకృత్యైవచ కర్మాణి క్రియమాణాని సర్వశః
యఃపశ్యతి తథాత్మానమకర్తారం సపశ్యతి గీత.13 అ. శ్లో 29.

పైవిషయాన్ని బాగా అర్థం చేసుకోవడానికి ఒక లౌకిక దృష్టాంతం ఉపయోగపడుతుంది. ఒక పెద్ద దేశాధిపతి తనదేశంలోని ప్రజలకు కావలసిన సౌకర్యాలను, సౌఖ్యాలను సమకూర్చడంలో, ఆస్తులను రక్షించడంలో, దేశ విప్లవాలనణచి శాంతిని స్థాపించడంలో, వ్యక్తిగతంగా పాల్గొనడు. ఊరకే ఆధిపత్య స్థానంలో ఉండి, అధికార శక్తితో ఆజ్ఞలు జారీ చేస్తాడు. ఆఆజ్ఞలను అధికారులు, ఉద్యోగులు మంత్రులు అమలు చేస్తారు. వీరంతా అధ్యక్షుడైన రాజు సన్నిధానమాత్రంతోనే పని చేస్తున్నారు కదా! అట్లే ప్రకృతి, పరమాత్మలు కూడా! మరొక ఉదాహరణను శ్రీరామకృష్ణ పరమహంస ఎంతో ఆహ్లాదంగా వివరించినారు.

ఒక సంపన్నుడైన గృహస్థుని ఇంటిలో ఉత్సవం, లేదా వివాహం జరిగే టప్పుడు అతడు ఏమీ చేయకుండా దిండు నానుకొని హుక్కా పీలుస్తూ బంధువులతో, స్నేహితులతో సరససల్లాపాలాడుతుంటాడు. కాని అతని భార్య మాత్రం ఎంతో హడావిడి చేస్తూ, హైరానా పడుతూ, సేవకులకు పనులు పురమాయిస్తూ, ఎంతో శ్రమిస్తుంటుంది. అట్లని ఆసంపన్నుడు ఏమీ చేయడనా అర్థం! అతని సన్నిధానమే చాలు. అతని భార్య ప్రకృతి వలె సర్వకర్మలు చేస్తుంది. పరమాత్మస్థితి తనను అకర్తగా భావించు కుంటూ, అన్ని కర్మలను ఊరకే చేయడమే!

నివృత్తిధర్మం(జ్ఞానయోగం) లోని సిద్ధులు కూడా అల్లే పైకి జగత్కల్యాణానికి సంబంధం లేని వారిగా కన్పిస్తున్నా, వారిసన్నిధానమే అన్నిటిని నడిపిస్తుందని తీర్మానించవచ్చు.

3.4 ప్రవృత్తి ధర్మము:-

కర్మయోగములో సాధన చేసే యోగుల సంగతి గూర్చి యోచిస్తే, వారి తరగతులను మరొక్కసారి గుర్తుచేసుకోవడం మంచిది.

1) లౌకికకృషి, వాణిజ్య, ఉద్యోగాలను చేసేవారు.
2) యజ్ఞ, యాగాది పుణ్యకర్మలు, కామ్య కర్మలు చేసేవారు.
3) ఈశ్వర ప్రీతి కొరకే, ఈశ్వరార్పణంగా కర్మలు చేసేవారు.
4) మానసేంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేసి అభ్యాసం చేసేవారు.

ఈనాల్గు తరగతుల వారు ఒకరికన్నా ఒకరు విశిష్టులుగా కర్మయోగంలో చేరుతున్నారు. ఇదంతా ప్రవృత్తి ధర్మమే. శ్రీభగవద్గీతలో సిద్ధులు- సాధకులు- వారివారి యోగ్యత, స్థాయి బట్టి ఆయా పేర్లతో పిలువబడు తున్నారు. ఇది చాలా ముఖ్యంగా గమనింపదగ్గవిషయం.

స్థిత ప్రజ్ఞ, పండిత, బ్రహ్మవిత్, సర్వవిత్, ధీర, బుద్ధిమాన్, యుక్త, కృత్స్న కర్మకృత్, మహాత్మా, ధర్మాత్మా, కృతి, కల్యాణ కృత్, కర్మి, యోగీ, ఆరు రుక్ష, యోగా రూఢ ఇత్యాది పేర్లు ఉపయోగించ బడినాయి. ఈ పేర్లన్నీ ఏ సందర్భంలో, ఏ స్థాయికి చేరిన సిద్ధులకు తగినట్లున్నాయో పరిశీలించ వలసి ఉంది.

కర్మణ్యకర్మ యఃపశ్యేదకర్మణితు కర్మయః
సబుద్ధిమాన్ మనుష్యేషు సయుక్తఃకృత్స్న కర్మకృత్ గీత-46 - శ్లో|| 18.

తా|| ఎవడు కర్మ యందు అకర్మను చూస్తాడో, ఎవడు అకర్మయందు కర్మను చూస్తాడో వాడు బుద్ధిమంతుడు. వాడుయుక్తుడు. వాడే సమస్తకర్మలను చేసేవాడు.

ఈభావం సామాన్యబుద్ధులకు విపరీతంగా కన్పిస్తుంది. విపరీతం ఏమంటే కర్మ - అకర్మలు పరస్పర విరుద్ధమైనవి. కర్మ-శరీరం, వాక్కు, మనస్సుల సంచలనముతో చేసేవని. అకర్మ - ఏపనీ చేయనిది. ఇది సత్యం, జ్ఞానం, అనంతం, అవ్యక్తం, అచింత్యం, అవ్యయం. ఆ అకర్మను ఆత్మలో కర్మగా చూడడం విపరీతం కదా! దీనివల్ల మనకు కనిపించేదంతా నిజముకాదని

ఎన్నో సందర్భాలలో ఋజువైతూనే ఉంది. రైల్లో ప్రయాణించేటప్పుడు ప్రక్క నుండే చెట్లు, స్తంభాలు వెనుకకు పరిగెత్తుతున్నట్లుంటుంది కదా! నిజంగా అవి పరిగెత్తడం లేదు. రైలు ముందుకు పరిగెత్తుతుంది. మరి ఇది విపరీతం కాదా! అదేవిధంగా ఆత్మానుభవం పొందినవానికి అవ్యక్త, అచలమైన ఆత్మ తాను కదలని స్థితిలో నుండి, శరీరం,వాక్కు, మనస్సులు మాత్రం కదులుతూ పనులు చేస్తున్నట్లే ఉంటుంది.

నిష్క్రియోహ్యాత్మా- ఏ పనులూ చేయనిది ఆత్మ.

ఆత్మ అకర్త. అభోక్త ఏదీ చేయదు. దేన్నీ అనుభవించదు. కాని అజ్ఞాని శరీర, మనస్సులు చేసే పనులను నిజంగా తానే చేస్తున్నట్లు భ్రమ చెందు తుంటాడు. తత్ఫలితంగా సుఖదుఃఖాలతో తగుల్కొంటున్నాడు.

ఆత్మానుభవం పొందేందుకు తత్త్వ దర్శనులైన జ్ఞానులను, ప్రణిపాత పూర్వక పరి ప్రశ్నలతో సేవించి తెల్సుకోవలెనని శ్రీ భగవానుడే సెలవిస్తున్నాడు. ప్రస్తుతానికి వస్తే తాను ఏపనీ చేసేవాడు కాదని, ప్రకృతి–శరీర, వాక్, మనస్సులతో పనంతా చేస్తున్నదని, అనుభవంతో ఎపడు తెలుసుకుంటాడో వాడు బుద్ధిమంతుడు. వాడు యుక్తుడు. వాడే సమస్త కర్మలను చేసేవాడు. దీన్నే ఏకత్వంలో అనేకత్వం, భిన్నత్వంలో అభిన్నత్వం, అభిన్నత్వంలో భిన్నత్వం అని చెప్పుకోవచ్చు.

శ్లో॥ ఇంద్రియాణి పరాణ్యాహుః ఇంద్రియేభ్యః పరంమనః
మనసస్తుపరా బుద్ధిః యోబుద్ధేః పరతస్తుసః

స్థూలశరీర దృష్టిలో ఇంద్రియాలు చైతన్యవంతాలు చైతన్యాన్నిచ్చేది మనస్సు కాబట్టి అది ఇంద్రియాలకన్నా గొప్పది. మనస్సుకు చైతన్యాన్నిచ్చేది బుద్ధి. అది మనస్సు కన్నా గొప్పది ఆబుద్ధి కన్నా గొప్పదైనది, బుద్ధికి చైతన్యాన్నిచ్చేదే **ఆత్మ**. దీన్ని బట్టి పరిశీలిస్తే **బుద్ధిమాన్,యుక్త, కృత్స్న కర్మకృత్** అనే పదములను గురించి విచారించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఏజ్ఞానమైన నిశ్చయించుకున్నప్పుడే అనుభవంలో చేరుతుంది. నిశ్చయం చేయగల్గే చైతన్యస్థితే బుద్ధి. నిశ్చయాత్మికాబుద్ధిః అన్నారు. తాను(ఆత్మ) అకర్మ, అచల, అఖండ జ్ఞాన తత్త్వంగా నిశ్చయించు కోగల స్థితిలోనివాడే బుద్ధిమాన్. ఒక లక్ష్యమందు మనస్సును చేర్చి అక్కడినుండి ఏకాగ్రత చెడకుండా ఉండే సమాహిత చిత్తుడు యుక్తుడు.

తాను ఆత్మగానిశ్చయించుకున్న బుద్ధికి పైన ఆత్మ ఉంది. బుద్ధికి క్రింది భాగంలో కర్మలు చేసే మనస్సు మొదలైనవి ఉన్నాయి. ఇటువంటి కర్మలు క్రింద, ఆపైన అకర్మ ఈరెంటికీ మధ్య బుద్ధివమాన్ ఉంటాడు. ఇదొక సాధకస్థితి. దాన్నిమించి, అఖండాత్మజ్ఞానాన్ని పొందిన అనుభవం కల్గినప్పుడే అన్ని కర్మలూ తనే చేయువాడుగా కృత్స్నకర్మకృత్ ఉంటాడు. ఈ స్థితిని మనం శ్రీ రామకృష్ణుల వారి జీవితంలోని ఘట్టంలో దర్శించ వచ్చు.

పరమహంస దేహత్యాగస్థితిలో నోటిలో కేన్సర్‌తో బాధపడుతూ ఒక చెంచా పాలు కూడా త్రాగలేని పరిస్థితిలో ఉండినాడు. శిష్యులంతా బాధపడే వారు ఒకడు "స్వామీ! ఒక చెంచాపాలు కూడా లోనికి పోవడం లేదే"! అని వాపోయినాడు. దానికి స్వామి సమాధానంగా "నేను చెంచా పాలు కూడా తీసుకోవడం లేదనుకుంటున్నావా? అయ్యో! ఎన్నోరకాల ఆహారాలు, పిండివంటలు, మీ ద్వారా, మిగిలిన జనులందరి ద్వారా తీసుకుంటున్నానే" అన్నాడు. ఆహా! ఏమి అనుభవము!

మరొక దృష్టాంతం! పూర్వమొకసారి వేదవ్యాసుడు యమునానది తీరంలో ఉన్నాడు. అది వర్షాకాలం యమునానది పొంగి పొర్లుతుంది. గొల్లభామలు చాలామంది పాలు, పెరుగు అమ్ముకోవాలని ఆవలి తట్టునున్న మధురానగరానికి వెళ్ళేందుకు నది వద్దకు వచ్చినారు. వ్యాసుని వద్దకు పోయి, "స్వామీ! మమ్ములను ఆవలి గట్టుకు చేర్చండని" ప్రార్థించినారు. స్వామి వారితో "మీకుండలలోని పాలు, పెరుగు నాకు పెట్టమ"న్నాడు. మహా ప్రసాదంగా వారు అర్పించినారు. స్వామి అన్నికుండలు ఖాళీ చేసినాడు. తర్వాత యమునను సమీపించి, "తల్లీ! యమునా! నేను ఆహారం తీసుకోని ఉపవాసినేనైతే, ఈగోపికలకు త్రోవయి"మ్మన్నాడు. అద్భుతం! వెంటనే ప్రవాహం మధ్యలో రెండుగా చీలి దారి ఏర్పడింది. గోపికలాశ్చర్యానందాలతో నదిని దాటినారు. ఎన్నోకడవల పాలు పెరుగు తిన్న తన పనిని (కర్మను) ఆత్మ అకర్మగా చూడడమే దీనిలో నున్న రహస్యం. అట్టి ఆత్మానుభవానికి ప్రకృతి విధేయురాలై పోయింది. ఈవిధంగా బుద్ధిమాన్, యుక్తః, కృత్స్న కర్మకృత్‌ల వంటి పేర్లతో సాధక స్థాయిని, స్థితిని భగవంతుడు పేర్కొన్నాడు.

అట్లే కళ్యాణకృత్ కూడా. ఆపేరులో ఏకాగ్రతా పూర్వక అభ్యాసాన్ని చేసే యోగి కళ్యాణకృత్. జగత్తుకు అతని వల్లనే కళ్యాణం జరుగుతుంది.

ఏకాగ్రతాభ్యాసికి పైనున్నట్టి వారు కాని, క్రిందున్నట్టివారుకాని జగత్కళ్యాణకృత్తుల కాలేరనుట నిశ్చయమైంది గదా!

కర్మయోగంలో అభ్యాసయోగి స్థానం

కర్మయోగంలోని వివిధ స్థాయిలను మళ్ళీ గుర్తు చేసుకుంటే

1) ప్రతికర్మను ఈశ్వర ప్రీతి కొరకు చేసేవాడు.

2) ఈశ్వరార్పణ బుద్ధితో ప్రతికర్మను చేసేవాడు.

3) మానసేంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేసేవాడు.

"కర్మాణి చిత్తశుద్ధ్యర్థం! ఐకాగ్ర్యార్థము పాసనా!
జ్ఞానాదేవతుకైవల్యం! ఇతివేదాంత డిండిమః!" – వేదాంత డిండిమం

కర్మలన్నీ చిత్తశుద్ధికోసం. ఏకాగ్రతకోసం ఉపాసన. పైరెండూ పొందిన గాని జ్ఞానం కల్గదు. జ్ఞానం వల్లనే కైవల్యం. అంటే అఖండానందద్వైత స్థితి పొందగల్గుతారు. కర్మలన్నీ ఈశ్వరార్పణ బుద్ధితో చేయమని గీతాకారుడు బోధిస్తున్నాడు.

శ్లో॥ "యత్కరోషియదశ్నాసి యజ్జుహోసి దదాసియత్
యత్తపస్యసి కౌంతేయ! తత్కురుష్వమదర్పణం" గీత-9అ -27 శ్లో.

దీన్ని అనుసరించడం ఎలా? అనేది సమస్య. దానికి తరుణోపాయం అభ్యాసమే. కర్మలు(కర్తవ్యములుగాని, దైవకార్యాలుకాని) ఈశ్వరార్పణంగా చేయడాన్ని అభ్యాసం చేయాల్సి ఉంది. దీనికి నిత్య మననం, ధారణ అవసరం. ఇది మొట్టమొదటి సూత్రం. దీనినే పతంజలి యోగసూత్రాలలో క్రియా యోగంగా పేర్కొన్నారు. **తపస్స్వాధ్యాయేశ్వర ప్రణిధానాని క్రియా యోగః**

తపస్సు, వేదాధ్యయనం, జపస్తోత్రాదులన్నీ, ఈశ్వర సమర్పణంగా చేయడం. కర్మ ఫలాన్ని కూడా ఈశ్వరార్పణ బుద్ధితో నిర్వర్తించడం. దీని సాధన చేయడం కన్నా మరోమార్గంలేదు. నిత్యం గుర్తుంచుకొని చేస్తూ, చేస్తూ పోతే కొన్నాళ్ళకు అదే భావంస్థిర పడుతుంది. పై వివరణను బట్టి కర్మయోగంలోని గంభీరార్థాన్ని ఎంతో వివేచనతో తెల్సుకున్నప్పుడు గాని జీవిత విధానంలో లక్ష్యాన్ని చేరలేమని గ్రహించాల్సి ఉంది.

గుణత్రయ విభాగం: – మనం చేసే ప్రతి పని (కర్మ) మనం చిత్తంలో ఒక సంస్కారాన్ని కల్గించి ఒక మార్పును తెస్తుంది. ఎన్నో జన్మలనుండి సంక్రమించి

పేరుకు పోయిన శోక మోహ భయాలు పొందుతూ జీవితాన్ని సంక్షోభంగా గడుపుతున్నాం. మన మనస్సులోని మాలిన్యం తొలగినపుడే, జీవితం ప్రశాంత సుందరంగా గడుస్తుంది. ఈ మనో మాలిన్యాన్ని తొలగించుకొనే ప్రయత్నమే కర్మ యోగంలోని రహస్యం. దీనికి ఉపాయం యోగమే! యోగమంటే సమత్వం అని చెప్పబడింది.

"యోగస్థః కురు కర్మాణి సంగంత్యక్త్వా ధనంజయ!
సిద్ధ్య సిద్ధ్యస్సమోభూత్వా సమత్వం యోగముచ్యతే!"

గీత- 2వ అ. 48 శ్లో.

బాహ్య ప్రకృతిలో శీతోష్ణాలు మోతాదైన స్థాయిలో ఉన్నపుడే ప్రాణులకు సుఖం, హాయి కల్గుతుంది. మన శరీరంలోని వాత పిత్త కఫములనే మూడు తత్త్వాలు సమానంగా ఉన్నపుడే ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. వాటి స్థాయిలో కల్గే వ్యత్యాసమే అనారోగ్యం. దాని వల్లనే బాధలు కల్గుతాయి.

ఆసమస్థాయి సమస్త విశ్వంలో వ్యాపించి ఉంది. అదే సత్త్వ గుణం సమస్థాయిలో లేకుండా ఉబలాటం, తృష్ణ, చంచలత ఇవన్నీ రజోగుణ లక్షణాలు. దానికన్నా కిందిస్థాయిలో ప్రతి దానియందు విముఖత, ప్రమత్తత, అలసత్వం, నిద్ర, సోమరితనం వంటివన్నీ తమోగుణ లక్షణాలు.

"సత్త్వం రజస్తమఇతి గుణాః ప్రకృతి సంభవః" - గీత 3 అ 27 శ్లో.

పైన పేర్కొన్న మూడు గుణాలే ప్రకృతి అని చెప్పవచ్చు. వీటిని దాటిన స్థితిని పొందడమే సమస్త జీవుల పరమగమ్యం. దీనినే గుణాతీత స్థితి అంటారు. కర్మ యోగ వివేచనలో గుణాతీత స్థితికి ఆస్కారములేదు. పైన చెప్పిన సమత్వాన్ని సాధించడమే ఏకాగ్రతాభ్యాసయోగ ధ్యేయము! ఇదే కర్మయోగసారాంశం!

బహిరంగ అంత రంగ కర్మలు :-రెండు రకాలుగా కర్మలను విభజించ వచ్చు. అవి 1) బహిరంగ కర్మలు 2) అంతరంగ కర్మలు. ఈ రెంటిలో బహిరంగ కర్మలంటే నిత్యవ్యవహారంలో చేసే లౌకిక కర్మలు. పూజ, యజ్ఞ, జప, స్తోత్రాది కర్మలన్నీ ఈకోవలోనిదే. కర్మేంద్రియాలతో (నోరు, చేతులు, పాదాలు వంటి వాటితో) చేయబడేవన్నీ బహిరంగ కర్మలు. ఈశ్వరార్థం ఆరాధనా పూర్వకంగా చేసే ఈకర్మలన్నీ బహిరంగ కర్మలే. ఇక్కడ అంతరంగానికి (మనస్సుకు) ప్రాధాన్యం లేదు.

అంత రంగ కర్మలంటే జ్ఞానేంద్రియాలతో మనస్సుతో ఏకాగ్రం చేసే అభ్యాసధ్యానము త్వక్, చక్షు, శ్రోత్ర, జిహ్వా, ఆఘ్రాణాలు మనకున్న కర్మ సాధనాలు జ్ఞానేంద్రియాలే కదా! బహిరంగ కర్మలు చేసే వారిని కర్మిష్టు లంటారు. ఈ కర్మలనుకూడా ఈశ్వరాధానగా, ఈశ్వర ప్రీతికొరకు చేసే వారిని కర్మ యోగ పద్ధతిలో ప్రారంభకులని మాత్రమే లెక్క గట్టాల్సి ఉంటుంది. **ఈ బహిరంగ కర్మలను పరమేశ్వరారాధనగా చేస్తే చిత్త శుద్ధి కల్గుతుంది. ఇవి చేస్తూ అంతరంగ కర్మయైన ఏకాగ్రతాభ్యాసం (ధ్యాన యోగం)చేసే వారినే అభ్యాస యోగులని అంటున్నాం.**

పైవివేచనతో సూక్ష్మలక్ష్యమందు, మనస్సు, ఇంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేసే అభ్యాసయోగి కర్మయోగంలో ఏస్థాయిలో ఉన్నాడో లెక్కగట్టవచ్చు. అభ్యాసయోగిని మాత్రమే భగవానుడు **కళ్యాణకృత్** గా ఎందుకు పేర్కొన్నాడో కూడా అర్థం చేసుకోగలం! ఈఅభ్యాసయోగినే **ఆరురుక్షువు** అని కూడా పేర్కొన్నాడు. ఈస్థితిని దాటిపైస్థాయికి చెందినవానిని **యోగారూఢుడు** అని తెల్పినాడు. ఆరురుక్షువు అంటే యోగాన్ని అధిరోహింప గోరువాడని అర్థం. యోగారుఢుడు అంటే యోగమునందు చేరి అధిష్టించి ఉన్నవాడని అర్థం.

ఆరురుక్షువునకు కర్మ(అంతరంగ కర్మ) సాధనంగా ఉంటుంది. అంటే అభ్యాసం చేస్తూనే ఉండాలని భావం. యోగారూఢునకు కర్మలను క్రమంగా విడిచి పెట్టడం అనే శమం(శాంతి) సాధనంగా ఉంటుందని భగవద్వాక్యం.

"ఆరురుక్షోర్మునేర్యోగం కర్మకారణ ముచ్యతే!
యోగురూఢస్య తస్యైవ శమః కారణ ముచ్యతే!!" – గీత అధ్యా. 6 శ్లో 3

శాంకర భాష్యం :- *యావద్యావత్కర్మభ్యః ఉప రమతే తావత్తావన్నిరాయా సర్వ జితేంద్రియస్య చిత్తం సమాధీయతే! తధా సతి ఝుడితి యోగారూఢోభవతి.*

తాత్పర్యం:-

ఏకాగ్రత (సమాహితం) చక్కగా పొందిన అభ్యాస యోగికి, కర్మలు క్రమంగా విడవడమే అభ్యాసంగా ఉంటుంది. అతడెంతెంత కర్మలనుండి విరమణ చెందుతుంటాడో, అంతంతగా వాడు జితేంద్రియుడగుచు, అనాయాసంగా చిత్తసమాధానం పొందుతాడు. అట్లైతూ వెంటనే యోగారూఢు డవుతున్నాడు.

లౌకికకర్మలను గురించి కొంతవిచారించుకొని, కర్మయోగప్రస్థానం లోని తరగతులను వివరించుకొందాం. ఆహారనిద్రాభయమైథునాదులే జీవితంగా గడిపే వారు, ఈశరీరాన్నే తానుగా భావిస్తారు. ఈశరీర సంబంధీకులకే, వారి సుఖసంపాదనకోసమే జీవితాన్ని త్యాగం చేస్తారు. దీన్నే కామ్య కర్మ లంటారు. వీరు దేవతల నారాధించి, వారి అనుగ్రహంతో కోరికలను, తీర్చు కోవడానికి, యజ్ఞాది కర్మల నొనరించి, శీఘ్రఫలితాన్ని పొందుతారు.

"**క్షిప్రంహిమానుషేలోకే సిద్ధిర్భవతికర్మజా**" అని కదా భగవానుని మాట. ఆకామ్యకర్మలు స్వర్గాది పుణ్యలోకాలనిచ్చేవే కాని, జనన మరణ చక్రాన్ని ఆపలేవు. కాబట్టి అవి బంధకములేగదా! ఈబంధనం తొలగించు కోవడమే కర్మయోగలక్ష్యంగా ఉంది. దానికున్న ఏకైకమార్గమే **అభ్యాస యోగము** ఈశ్వరార్థంగా కర్మలు చేస్తూ, మనస్సు ఇంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేస్తూ ధ్యానం చేయడమే అభ్యాసయోగం. దాన్ని చేసేవాడు అభ్యాస యోగి. ఈశ్వర ప్రీతి కోసం కర్మలు చేయడం కేవలం చిత్త శుద్ధిని కల్గిస్తుంది. చిత్త శుద్ధి కల్గించు కుంటూ, ఏకాగ్రం చేసేవారికి త్వరగా పరిపాకం కల్గుతుంది. ఏకాగ్రం చేస్తేకాని చిత్తశుద్ధి కల్గదు.

"ఏ యోగమందైనా(కర్మయోగంతో సహా) ఉపన్యాసాలు విన్నంత మాత్రాన, మాటలు పల్కినంతమాత్రాన, పుస్తకాలు చదివినంత మాత్రాన, ప్రయోజనం ఉండదు. అభివృద్ధి ఉండదు. అభ్యాసం చేసినప్పుడే ఫలితం ఉంటుంది. క్రమాభివృద్ధి ఉంటుంది. అభ్యాస మంటేమర్చి పోయినప్పుడల్లా మళ్ళీ మళ్ళీ జ్ఞప్తికి తెచ్చుకొని ప్రయత్నించడమే!"

"తత్రస్థితౌ యత్నోఽభ్యాసః" -యోగ సూత్రములు.

"అధచిత్తం సమాధాతుం నశక్నోషిమయిస్థిరాం
అభ్యాసయోగేన తతోమామిచ్ఛాప్తుం ధనంజయ!" గీత-12 అ-9 శ్లో.

పై శ్లోకంలో శ్రీభగవానుడు అభ్యాసయోగమే దీనికి మార్గమన్నాడు. అభ్యాసయోగం గురించి తెల్పే సందర్భంలో యోగి, యోగం అనే వాడు తున్నాడు. ఈశ్వరార్థం చేసే కర్మ యజ్ఞం. యజ్ఞం ఈశ్వర రూపం. యజ్ఞార్థం చేసే కర్మలు చిత్తశుద్ధిని కల్గించి, తద్వారా ఏకాగ్రతాభూమికుచేర్చి, ఉన్నతస్థితినిప్రసాదిస్తాయి. భగవంతుడేఅభ్యాసయోగినిఈవిధంగా ప్రశంసిస్తున్నాడు

"తపస్విభ్యోఽధికోయోగీ జ్ఞానిభ్యోపిమతోధికః
కర్మిభ్యశ్చాఽధికోయోగీతస్మాద్యోగీభవార్జున!" - గీత అధ్యా 6 శ్లో .46.

తా. అర్జునా! యోగి తపస్వి కంటే అధికుడు. జ్ఞానులకన్నా కూడా అధికుడు. కర్మిష్ఠుల కన్నా కూడా యోగి అధికుడే. కాబట్టి నీవు కూడా యోగివికా!

అని ఉపదేశించినాడు. అభ్యాసయోగిని మాత్రమే కళ్యాణకృత్ గా పేర్కొన్నాడు. అతనికన్నా పై స్థాయిలో ఉన్నవారుగాని, క్రింది స్థాయిలో ఉన్న వారు కాని జగత్తుకు ప్రత్యక్షంగా (Direct) కళ్యాణాన్ని కల్గించలేరని ఘంటా పథంగా చెప్తున్నాడు. కర్మ యోగంలో అత్యంత ఉత్కృష్టస్థానం అభ్యాస యోగిదే! కాబట్టి మనం ఈభావాలన్నీ హృదయంలో నిలుపుకొని అభ్యాస యోగానికి సిద్ధంకావడం కన్నా వేరే కర్తవ్యం మనకు లేదని తెల్సుకోవలసి ఉంది. యోగివికమ్మనే ఆదేశంకూడా గీతలో ఉపదేశం చివరిలో చెప్పబడినదే! అదేగీతా సారంగా భావించవచ్చు.

"ఛిత్త్వైనం సంశయం యోగమాతిష్ఠోత్తిష్ఠ భారత!"

ఓ భారతా! (అర్జునా) లే! సంశయాన్ని ఛేదించి, యోగము నందు ప్రవేశించి స్థిరునివికా! ఇదే గీతా సందేశం.

అర్జునుని ప్రశ్నలు – అభ్యాసయోగం

భగవద్గీతలో అర్జునునికి కలిగిన సంశయాలను కొన్నిటిని ప్రశ్నలుగా శ్రీకృష్ణుని అడిగినాడు. వాటిని సమీక్షిస్తూ భగవానుడు అభ్యాసయోగిని **కళ్యాణకృత్ అని పిలవడంలో ఉన్న విశేషాన్ని, గొప్ప దనాన్ని తెలుసు కోవచ్చు. దానితో అభ్యాసయోగులకు ఒక ఉత్సాహం, ప్రోత్సాహం కల్గుతుంది.**

అర్జునుని ప్రశ్నలు: –

1) కేశవా! స్థితప్రజ్ఞుని లక్షణాలేవి? ఆయన ప్రసంగ ప్రవర్తనాలు ఎట్లుంటాయి?

2) జనార్దనా! కర్మకంటే జ్ఞానమే మేలని నీఉద్దేశ్యమా? అట్లైతే ఘోరమైన కర్మకు నన్నెందుకు నియోగిస్తున్నావు? నన్ను తికమక పెట్టక ఒక్కటి తేల్చి చెప్పు?

---

1) స్థిత ప్రజ్ఞస్యకా భాషా? సమాధి స్థస్య కేశవ!
స్థితధీః కిం ప్రభాషేత? కిమాసీత? వ్రజేతకిం?

2) జ్యాయసీ చేత్కర్మణస్తే మతాబుద్ధిర్జనార్దన!
తత్కింకర్మణి ఘోరే మాం నియోజయసి కేశవ!!

3) కృష్ణా! తనకిష్టం లేకున్నా మానవుడు దేనిబలవంతంచేత పాపాలు చేస్తున్నాడు?

4) సూర్యుని జన్మ ఏనాటిదో! నీవు ఇప్పటివానివి. ఇటువంటప్పుడు నీవు సూర్యునికి ఎలా ఉపదేశించినావో ఊహించలేకున్నాను.

5) కృష్ణా! ఒకసారి కర్మసన్యాసం చేయమని, ఒక సారి కర్మయోగాన్ని ఆచరింపుమని ఉపదేశిస్తున్నావు. ఈరెండిటిలో ఏది మంచిదో నాకు తెల్పిచెప్పు.

6) ఏసమత్వ స్థితినే యోగమని నీవు చెప్పినావో, ఆయోగంలో స్థిరమైన స్థితిని నేను పొందలేకున్నాను.

7) కృష్ణా! మనస్సు చాలా చంచలమైనది. సంక్షోభాన్ని కల్గిస్తుంది. బలవత్తరమైనది కూడా! ఇటువంటి మనస్సును నిగ్రహించడం, వాయువును నిరోధించినట్లు దుష్కరమని భావిస్తున్నాను.

పై ప్రశ్నలన్నింటికన్నా చెప్పబోయే ప్రశ్న విశిష్ఠమైనది. అభ్యాస యోగి గొప్ప దనాన్ని స్పష్టంగా వివరిస్తుందది. చూడండి!

శ్లో॥ అయతిశ్రద్ధయోపేతో యోగాచ్చ అతిమానసః!
అప్రాప్యయోగసంసిద్ధిం కాంగతిం కృష్ణగచ్ఛతి!!

తా:- హే కృష్ణా! ప్రయత్నం లేని వాడైనా, యోగ విషయంలో శ్రద్ధ కలవాడైతే, అంత్యకాలంలో (మరణ సమయంలో) యోగం నుండి చలించిన మనస్సు కలవాడు యోగ సంసిద్ధిని పొందక ఏగతిని పొందుతున్నాడు?

---

3) వ్యామిశ్రేణైవ వాక్యేన బుద్ధిం మోహయసీవ మే|
తదేకం వద నిశ్చిత్య యేన శ్రేయోఽహమాప్నుయామ్||

4) అపరంభవతో జన్మ పరంజన్మ వివస్వతః|
కథమేత ద్విజానీయాం త్వమాదౌ ప్రోక్తవానితి||

5) అథకేన ప్రయుక్తోయం పాపం చరతి పురుషః|
అనిచ్ఛన్నపివార్ష్ణేయ బలాదివనియోజితః||

6) సన్న్యాసం కర్మణాం కృష్ణ! పునర్యోగంచ శంసని|
యచ్ఛ్రేయ ఏతయోరేకం తన్మే బ్రూహిసునిశ్చితం||

7) యోఽయం యోగః త్వయాప్రోక్తః సామ్యేనమధుసూదన|
ఏతస్యాహం నపశ్యామి చంచలత్వాత్ స్థితిం స్థిరాం||

8) చంచలం హిమనః కృష్ణ! ప్రమాథి బలవద్దృఢం||
తస్యాహం నిగ్రహం మన్యే వాయోరివ సుదుష్కరం||

వివరణ: – మరణసమయంలో ఏశరీరాన్ని స్మరిస్తూ ఉంటాడో, ఆశరీరాన్నే మళ్ళీ ధరించాల్సి ఉంటుందనే ప్రకృతి నియమాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకొని అర్జునుడు ఈప్రశ్నవేసినాడు.

"యంయం వాపిస్మరన్ భావం త్యజత్యంతే కళేబరమ్
తంతం మేవైతి కౌంతేయ! సదాతద్భావ భావితః"

అనికదా చెప్పబడింది. సామాన్యమానవులు, ప్రాణులు, మరణ కాలంలో వారి, వారి సంస్కారాన్ని, ఇష్టాన్ని బట్టి మరుజన్మలో ఆయా శరీరాలను పొందుతున్నాడు. అంటే ఒక ఆకారాన్ని స్మృతిలో ఉంచుకొని మరణిస్తున్నాడు కాబట్టి ఆ ఆకారాన్నే పొందుతాడు. మరి యోగి పరిస్థితి ఏమి?

యోగాభ్యాసంలో దర్శనాలున్నాయి కదా! వాటిని అభ్యాసంతో చూచిన వాడైనప్పటికీ, మరణ సమయంలో, ఆయా ఆకారాలను, చలించిన మనస్థితి కల్గి, నిలుపుకోలేనప్పుడు ఏశరీరాన్ని పొందగలడు? అనే సందేహం రాకమానదు.

పుణ్య కర్మలు చేసిన సుకృతుల వలె పుణ్య లోకాలను పొందు తాడా అనుకుంటే అభ్యాసయోగి కర్మలన్నీ ఈశ్వరార్థంచేస్తాడు గదా! యోగసిద్ధిని ఇంకా పొందలేదు. ఇప్పుడేం గతి! రెంటికీ చెడినవాడైనాడా? అని అర్జునుని ప్రశ్న. యోగసిద్ధి పొందిన వాడు యోగారూఢుడు. అభ్యాసయోగి ఆరురుక్షువు. యోగారూఢుడు మరణకాలమందు యోగశక్తిచే భ్రూ మధ్య మందు ప్రాణము నిల్పి పరమపురుషుని చెందుతాడు.

"అభ్యాసయోగయుక్తేన చేతసా నాన్యగా మినా
పరమం పురుషం దివ్యం యాతి పార్థానుచింతయన్" – గీత అ 8 శ్లో 9.

"ప్రయాణకాలే మనసాఽచలేన భక్త్యాయుక్త యోగ బలేన చైవ
భ్రువోర్మధ్యే ప్రాణమావేశ్య సమ్యక్ సతంపరమం పురుషముపై తిదివ్యం"

మరి అభ్యాసయోగి ఏమైపోతున్నాడు? అని కదా ప్రశ్న అది ఇంకా ఉంది.

"కచ్చిన్నో భయవిభ్రష్టః ఛిన్నాభ్రమితనశ్యతి
అప్రతిష్ఠోమహాబాహో! విమూఢః బ్రహ్మణః పది!"

భావము : – ఆ అభ్యాసయోగి ఉభయభ్రష్టుడై చిత్ర పచిద్రుపలైన మేఘం వలె నశిస్తాడా ఏమి? అయోమయంతో బ్రహ్మతత్వాను సంధాన మార్గంలో

నిల్చలేకపోతాడా? ఇది ఎంతో క్లిష్టమైన, కీలకమైన స్థితిని గురించి వేసిన ప్రశ్న దీనికి జవాబు కృష్ణుడొక్కడే చెప్పగలడని అర్జునుని భావం.

"ఏతన్మేసంశయం కృష్ణ ఛేత్తుమర్హస్యశేషతః
త్వదన్యః సంశయస్యాస్యచ్ఛేత్తానహ్యుప పద్యతే" - గీత అ. 6.39 శ్లో.

తాత్పర్యం:- ఓకృష్ణా! ఈనాసంశయాన్ని కొదువలేకుండా త్రెంచడానికి నీవే తగిన సమర్థుడివి. ఈక్లిష్టమైన సంశయాన్ని నీవుతప్ప మరొకరు తీర్చలేరు గదా!

భగవంతుడు కూడా అర్జునుని సంశయంలోని గొప్ప క్లిష్టతను కాదనకుండా అభ్యాసయోగి గతిని గూర్చి సానుభూతితో సమాధానం చెప్తున్నాడు. చూడండి!

"పార్థ! నైవేహనాముత్ర వినాశస్తస్య విద్యతే
నహి "**కల్యాణకృత్**" కశ్చిత్ దుర్గతిం తాత! గచ్ఛతి" - అ6-శ్లో**40.**

తా:- అర్జునా! ఆఅభ్యాసయోగికి వినాశము ఈలోకంలో లేదు. పరలోకంలో కూడా లేదు. అయ్యో! నాయనా! "కల్యాణకృత్" గానైన వాడెవ్వడూ దుర్గతిని పొందడుగదా!

కల్యాణకృత్తంటే అభ్యాసయోగి మాత్రమే !
కాని పుణ్యకార్యాలు చేసేవాడు కానేకాదు.

పైన పేర్కొన్న అర్జునకృష్ణుల సంవాదం వంటిది భగవద్గీతలో మరెక్కడా కానరాదు. అభ్యాసయోగి పరిస్థితిని గురించిన ఆదుర్దా అర్జునునిలో స్పష్టంగా కన్పిస్తుంది. 3 శ్లోకాలకు అర్జునుని ప్రశ్న విస్తరించింది. పైగా ప్రశ్నలకు కొదువ లేకుండా సమాధానం చెప్పేందుకు నీవు తప్ప మరెవ్వరూ సమర్థులు కాదనడం ఆసందేహం ఎంతో బలంగా హృదయంలో నాటుకున్నట్లు తెలుస్తుంది. అభ్యాసయోగమహిమను బాగా వివరించడానికే ఇంత చర్చ అవసరమైంది. దీనితో అభ్యాస యోగుల కిచ్చిన ఓదార్పు, పునర్జన్మకు తగిన ప్రణాళికను సిద్ధం చేసుకోవడం వంటి అనే విషయాలను గ్రహించేందుకు ఈ సందర్భం మనలనుద్బోధిస్తుంది.

కొందరు గీతా వ్యాఖ్యాతలు "కల్యాణకృత్" శబ్దాన్ని మంచిపనులు చేసేవాడని, పుణ్యకార్యాలు చేసేవాడని తెల్పినారు. ఆపదాన్ని గీతలో ఉపయోగించిన సందర్భాన్ని పూర్వాపరాలను చక్కగా గమనించక అభ్యాస యోగమహిమను తెలుసుకోలేకనే అలా వ్రాసినారా అనిపిస్తుంది.

అర్జునుడు "కళ్యాణకృత్" అభ్యాసయోగిని గురించి మాత్రమే ప్రత్యేక శ్రద్ధతో, ఆదుర్దాతో ప్రశ్నించిన "అయతి శ్రద్ధయోపేతః" అనేశ్లోకానికి శంకరుల వారు తన భాష్యంలో (6-6-37శ్లో) ఇట్లా వ్రాస్తున్నారు.

తత్రయోగాభ్యాసాంగీకరణేన ఇహపరలోక ప్రాప్తి నిమిత్తాని కర్మాణిసన్యస్తాని యోగఫలసిద్ధిం మోక్షసాధనంచ సమ్యగ్దర్శనం నప్రాప్తం. ఇతి యోగీ యోగమార్గాత్ మరణకాలేచలిత చిత్త ఇతి తస్యనాశ మాశంక్య -అర్జున ఉవాచ.

తా: యోగాభ్యాసం చేయడం వల్ల ఇహ, పరలోక ప్రాప్తికి సాధనాలైన కర్మలను విడిచి పెట్టినందు వల్ల, యోగసిద్ధి ఫలమైన మోక్షసాధన మగు జ్ఞానం పొంద లేక ఉభయ భ్రష్టుడై అభ్యాసయోగి నాశనమాయెనే అని సాను భూతితో సంశయించి అర్జునుడు ఈ ప్రశ్న వేస్తున్నాడు. కాబట్టి కర్మయోగుల తరగతులలో అభ్యాసయోగి స్థానం ఉత్తమోత్తమమైనది. పుణ్య కార్యాలు చేసేవారు "కళ్యాణకృత్"లు కాలేరు. అభ్యాసయోగి చేసే అంతరంగ కర్మ (మనస్సు ఇంద్రియాలను ఏకాగ్రం చేయడం) అత్యంత ప్రభావవంతమైనది. కాబట్టే అతని వల్ల లోకానికి కళ్యాణం జరుగుతుంది. మిగిలిన "సుకృతుల" బహిరంగ కర్మలు లోకానికి చేసేమేలు కన్నా అభ్యాసియొక్క కర్మ ఎన్నోరెట్లు ప్రభావవంతమైనది. ఆ "సుకృతుల బుద్ధి" లో లోకోపకారయత్నానికి తగిన భావాన్ని కల్గించే వాడు అభ్యాసయోగియే! ఇది విడ్డూరంగా అన్పించినా, నిష్ఠురసత్యం. అభ్యాసయోగి ఏకాగ్రతా భ్యాసం వల్ల వ్యాపించిన సత్త్వగుణ స్పందనలే సుకృతుల భావాలకు స్ఫూర్తి, ప్రేరణ కల్గిస్తాయి. లేకుంటే వారికి ఆపుణ్యకార్యాలు చేయాలనే తలపులు కల్గవు. దీనజనసేవ, వారికోసం ఆవాసాలు, వైద్యశాలలు నిర్మించడం, ఆహార వసతి కల్పించడం, వంటి ధర్మ కార్యాలు, లోకహిత ప్రయోజనాలు చేయాలనే సంకల్పాలు సుకృతులకు అభ్యాసయోగి చేసే ఏకాగ్రతా భ్యాసం వల్లనే కల్గుతాయి. ప్రసక్తాను ప్రసక్తంగా ఈ సందర్భంలోనే మనం మిగిలిన సుకృతులలోని తరగతులను చర్చించడం వల్ల కర్మయోగరహస్యాన్ని వివరించుకోవచ్చు! కర్మ యోగంలో ఆరంభం నుండి కర్మలను ఈశ్వరారాధనాదృష్టితో చేయుమని చెప్పబడింది కదా! ఇష్టదైవాన్ని గాని, గురువును కాని, సిద్ధుల వంటి మహాత్ములను గాని, ఈశ్వర భావంతో నిశ్చయించు కొని ఆయనకోసమే కర్మలు(పూజాస్తోత్రాదులు) చేస్తున్నట్లు ఆరాధనాభావంతో అభ్యాసం చేస్తూ, క్రమంగా లౌకిక కర్మలు కూడా

ఈశ్వరుని కోసమే చేస్తున్నట్లుగా భావించడం అభ్యసిస్తూ, హృదయంలో ఈశ్వర భావాన్ని స్థిరం చేసుకోవలె. ఇదే కర్మయోగానికి ఆరంభస్థితి! అప్పుడే చిత్తశుద్ధి, తద్వారా ఏకాగ్రతా సిద్ధిస్తుంది. ఇదే కర్మయోగ రహస్యము!

తరువాతి స్థితి పంచభూతాలు, సూర్యచంద్రాదులతో గూడిన సమష్టిజగత్ అంతా ఈశ్వరరూపంగా నిశ్చయించుకోగల్గడం! తర్వాత తన హృదయంలో సాకారంగా గాని నిరాకారంగా గాని ఈశ్వర్ స్థితిని అభ్యాసంలో నిశ్చయించుకొని, కర్మలన్నీ ఈశ్వరారాధనగానే చేయడం!

గీత 18 వఅధ్యాయంలో ఉపదేశం ముగిసిన సందర్భంలో కంఠోక్తిగా భగవానుడు పల్కుతున్నాడు.

శ్లో|| "సర్వంగుహ్యతమం భూయః పరమం శృణుమేవచః
ఇష్టోసిమేదృఢమితి తతో వక్ష్యామితేహితం!!"

శ్లో|| "మన్మనాభవమద్భక్తోమద్యాజీ మాంనమస్కురు
మామైవేష్యసి సత్యంతే ప్రతిజానే ప్రియోసి మే" గీత 18 శ్లో 64 ,65.

తా|| అన్నిటికన్నా రహస్యమైన, ముఖ్యమైన నామాట మళ్ళీ విను. నీవు నాకు ఇష్టుడవని దృఢంగా నీహితంకోరి చెప్పబోతున్నాను. ఈశ్వరుడనైన నాయందు మనస్సునిలుపు! నాభక్తునివికా! నా కోసమే జప యజ్ఞస్తోత్రాలు చేయి! నాకు నమస్కరించు! ఈవిధంగా నన్ను శరణు చెంది సేవిస్తే నన్నే చేర గలవు! నాకు ప్రియునివి కాబట్టి ప్రతిజ్ఞ చేసి చెప్తున్నాను. కర్మ యోగాభ్యాస కులీమాటలన్నీ మననం చేసుకుంటూ ఈశ్వరార్పణంగా అభ్యాసం చేస్తూ ధన్యులగుదురని మా ఆకాంక్ష! ఈవిషయములు, జిజ్ఞాసువులకు వివరించడమే ఈశ్వరార్పణ కర్మగానే మేము భావిస్తున్నాం!

అభ్యాసయోగి జగత్తుకు కల్యాణాన్ని ఎలా కల్గిస్తున్నాడు?

"కల్యాణకృత్" అంటే సుఖమును కల్గించే పని చేసేవాడనే అర్థం ముందే తెలుసుకున్నాం. ఈఅర్థం చాలా విస్తృతస్థాయిలో ఉపయోగించుకోవడం అవసరం తనకే కాకుండా జగత్తు కంతా కల్యాణాన్ని కల్గిస్తాడని అర్థం. సామాన్య దృష్టికి భిన్నాభిన్నంగా, విషమంగా కన్పించే ఈజగత్తంతా అంతరికంగా ఒకటే అఖండం. అని వేదాంతశాస్త్రంలో తత్త్వవేత్తలు నిర్ణయించినారు. శబ్ద, స్పర్శ, రూపములు దూరం అంతరం లేని స్థితిని నేటి యాంత్రిక నాగరికతా పరిశోధనలు ఋజువు చేసినాయి.

శబ్దము:- ఈజగత్తులో ఎంతో దూరం నుండి కూడా శబ్దం గ్రహించ కల్గుతున్నాం. పాటలు, రేడియో, వైర్ లేస్ మొదలైన యంత్ర పరికరాలద్వారా వింటున్నాం!

స్పర్శ:- ఇదే అయస్కాంతశక్తి. ఆకర్షణ శక్తి ఎన్నోవేల కి. మీ. దూరం నున్న ఉపగ్రహాలను రాకెట్లను భూమిపైనుండే నియంత్రించగల్గడం కావలసిన రీతిలో పనిచేయించగల్గడం వంటివి ఇట్టివే.

రూపము:-ఎంతదూరంలో నున్న దృశ్యాన్నైనా(రూపాలను) టెలివిజన్‌లో చూస్తున్నాం. ఈవిధంగా శబ్దరూపాలను జగద్వ్యాపకాలని తెలుసుకున్నాం. యాంత్రిక శక్తిద్వారా వాటిని ఇష్టం వచ్చిన చోటికి చేర్చుకుంటున్నాం. ఉపయోగిస్తున్నాం. దూరం, అంతరం మన బాహ్యదృష్టికేగాని ఆంతర దృష్టికి జగత్తు అంతా అఖడంమే! పైవి పంచ భూతాల గుణములే.

పంచభూతాలు	–	వాటి గుణములు
1. ఆకాశం	–	శబ్దం
2. వాయు	–	స్పర్శ
3. తేజస్సు	–	రూపం
4. జలము	–	రసం
5. భూమి	–	గంధం.

ఈసృష్టి పంచభూతాత్మకమైనది. పంచభూతాలు, వాటిగుణాలు అన్ని అఖండపదార్ధంగా ఉన్నాయి. ఇప్పటివరకూ జరిగిన భౌతిక శాస్త్ర పరిశోధనల ఫలితంగా పైవాటిలో శబ్ద, స్పర్శ, రూపాలను ఎక్కడినుండి ఎక్కడికైనా తీసికొని రావచ్చు. తగినట్లు ఉపయోగించవచ్చని ఋజువైంది. మిగిలిన రెండు 1) రస 2) గంధాలు కూడా ఎక్కడినుండి ఎక్కడికైనా మన అనుభవానికి తెచ్చేందుకు శాస్త్రజ్ఞులు త్వరలో పరిశోధనలద్వారా కృషి చేసి సాధిస్తారని ఆశిద్దాం! మరి పంచభూతాలు వాటి గుణాలతో కూడిన జగత్తు ఏకపదార్థంగా మనకెందుకు కన్పించడం లేదో సాంఖ్యశాస్త్రం వివరిస్తుంది. దీని ప్రకారం 8 కారణాలు పేర్కొనబడినాయి. అవి

1) చాలా దూరం 2) చాలా దగ్గర 3) ఇంద్రియ వ్యాకల్యం
4) అన్యమనస్కత 5) సౌక్ష్మ్యత 6) వ్యవధానము
7) అభిభవము 8) సమానాభిహారము. ఈఎనిమిదింటిలో

ఏదో ఒక్కటి ఒక్కొక్కసారి మనకు అనుభవంలోనికి రాకపోవడమే జగత్తు యొక్క అఖండత్వాన్ని చూడ లేక పోయేందుకు కారణం.

"అతిదూరాత్ సామీప్యాత్ ఇంద్రియఘాతాత్ మనోఽనవస్థాత్ సౌక్ష్మ్యాత్, వ్యవధానాత్, అభిభవాత్, సమానాభిహారాచ్చ" సాంఖ్య కారిక 7.

తా:- అతి దూరంగా ఉన్న వస్తువు చిన్నదిగా కన్పిస్తుంది. (కొండలు మొదలైనవి). అతి దగ్గరగా ఉన్నవి కన్పించవు (మనకు మన ముఖం కన్పించదు) కన్ను, చెవి వంటి ఇంద్రియాలు పనిచేయనప్పుడు కన్పించవు, విన్పించవు. పరధ్యానంలో ఉన్నప్పుడు ఎదుటనున్నవికూడా కన్పించవు. అతి సూక్ష్మజీవులు(జీవాణువులు)కన్పించవు. ఏదైనా అడ్డుగా ఉన్నా కన్పించవు. తిరస్కార దృష్టితో చూస్తే సరిగా కన్పించక, వ్యతిరేకంగా కన్పిస్తుంది. పదార్థరాశిలో కలిసిపోయినప్పుడు విడిగా కన్పించదు(ఒక మినుపగింజను మినుములరాశిలో వేసి, మళ్ళీ దాన్ని వేరుచేయలేం కదా!) వేదాంతశాస్త్రంలో, ప్రకరణ గ్రంథాలలోను, సాంఖ్యశాస్త్రంలోను ప్రకృతిని గురించి, సృష్టిక్రమాన్ని గురించి, సాంకేతిక శబ్దజాలాన్ని ఉపయోగిస్తూ ఎంతో విస్తృతంగా వివరించబడింది. గీతలో కూడా చర్చించ బడిన ఈఅంశాన్ని మనమీవిధంగా క్లుప్తీకరించుకోవచ్చు. 14 వ అధ్యాయం 3 వ శ్లోకం నుండి ఉన్న అంశాలను తెలుసుకుందాం.

శ్లో || 3 నాకు సంబంధించన మహత్తత్త్వము (త్రిగుణాత్మక యగు మాయ) సర్వ భూత మూల కారణం. సర్వభూతోత్పత్తి కారణమైన (యోని) దాని యందు నేను బీజమునుంచుతున్నాను. దాని వలననే సర్వ సృష్టి జరుగుతున్నది.

శ్లో || 4 అర్జునా! దేవపితృ మనుష్య పశు మృగాది యోనులందు దేహములు మాత్రం గలుగు తున్నది. అన్ని దేహాలకు మహత్తత్త్వము (యోనిగా) ఉత్పత్తిస్థానముగా ఉంది. నేను బీజప్రదాతనై తండ్రిగా ఉన్నాను.

---

3 శ్లో|| మమ యోని ర్మహ ద్బ్రహ్మ తస్మిన్ గర్భం దధా మ్యహమ్
సమ్భవ స్సర్వభూతానాం తతో భవతి భారత!

4 శ్లో|| సర్వయోనిషు కౌన్తేయ మూర్తయ స్సమ్భవన్తి యాః
తాసాం బ్రహ్మ మహ ద్యోని రహం బీజప్రదః పితా

5 శ్లో|| సత్త్వం రజ ఇతి గుణాః ప్రకృతిసమ్భవాః
నిబధ్నన్తి మహాబాహో దేహే దేహిన మవ్యయమ్

శ్లో॥ 5 మహాబాహో! సత్త్వము, రజస్సు, తమస్సు అనే మూడు గుణాలు ప్రకృతి నుండి పుట్టినవి. ఈ త్రిగుణములు అవ్యయుడగు దేహిని దేహమునందు బంధిస్తున్నాయి. (అందువల్లనే తన యొక్క ప్రకృతి యొక్క సర్వవ్యాపకత్వాన్ని దేహి గ్రహించలేకున్నాడు).

శ్లో॥ 6 ఆగుణాలలో సత్త్వగుణం నిర్మలమైనదగుటవలన ప్రకాశకమై, ఏ బాధలు లేనిదై సుఖ సంబంధమైన జ్ఞాన సంబంధంచే బంధిస్తుంది.

శ్లో॥ 7 రజోగుణం రంజింప చేసే స్వభావం గలదై(ఆకర్షించు) తృష్ణ (ఆశ) తో కూడి కర్మలు చేయడంలో ఆసక్తితో దేహిని బంధిస్తున్నది.

శ్లో॥ 8 తమోగుణము అజ్ఞానము వల్ల కల్గినది. ఇది అందరి దేహాలను మోహింప చేస్తూ ఏమర పాటు, సోమరి తనము, నిద్రలచేత దేహిని బంధిస్తుంది.

శ్లో॥ 9 సత్త్వగుణం సుఖమునందు, రజోగుణం కర్మయందు, తమోగుణం (జ్ఞానాన్ని ఆవరించి) ప్రమాదమందు దేహిని చేరుస్తున్నాయి. అంటే క్రమంగా సత్త్వ, రజస్తమో గుణాలు–సుఖాన్ని, కర్మ పరతను, ప్రమాదాలను కల్గిస్తాయని భావం.

శ్లో॥ 10 రజస్తమస్సులను అణచివేసి, (తగ్గించి) సత్త్వగుణం ఎప్పుడు అభివృద్ధిచెందుతుందో, అప్పుడు జ్ఞాన సుఖములు సిద్ధిస్తాయి. అల్లే సత్త్వతమస్సులను అణచివేసి (తగ్గించి) ఎప్పుడైతే అభివృద్ధి చెంది రజోగుణం

---

6. శ్లో॥ తత్ర సత్త్వం నిర్మలత్వా త్రత్పకాశక మనామయమ్
సుఖసంగేన బధ్నాతి జ్ఞాన సంగేన చానఘ!

7. శ్లో॥ రజో రాగాత్మకం విద్ధి తృష్ణాసంగ సముద్భవమ్
తన్నిబధ్నాతి కౌన్తేయ కర్మసంగేన దేహినమ్

8. శ్లో॥ తమ స్త్వజ్ఞానజం విద్ధి మోహనం సర్వదేహినామ్
ప్రమాదాలస్య నిద్రాభి స్తన్నిబధ్నాతి భారత!

9. శ్లో॥ సత్త్వం సంజయతి రజః కర్మణి భారత
జ్ఞాన మావృత్య తు తమః ప్రమాదే సంజయ త్యుత!

10. శ్లో॥ రజ స్తమ శ్చాభిభూయ సత్త్వం భవతి భారత!
రజస్సత్త్వం తమశ్చైవ తమస్సత్త్వం రజ స్తథా

విజృంభిస్తుందో, అప్పుడు సర్వ కార్యాల కృషి ఆరంభమవుతుంది. సత్వ రజస్సులను అణిచి తమస్సు ఎప్పుడు విజృంభిస్తుందో అప్పుడు అజ్ఞాన, ప్రమాద, నిద్రాదులు గల్గించడానికి సిద్ధమౌతుంది.

గీత **14** వ అధ్యాయం **11** నుండి **18** శ్లోకములు ఈగుణములను గురించి వాటివల్ల కల్గే ఫలితాలు, ఉత్తరజన్మలు వంటివానిని వివరిస్తాయి. అల్లే గీత **18** వ అధ్యాయం త్రిగుణాలు - వాటి భేదముతో కల్గే జ్ఞానం, కర్మ, బుద్ధి, ధృతి, సుఖం, వంటి వాటిని వివరిస్తుంది. **17** వఅధ్యాయం త్రిగుణ భేదముతో కల్గే శ్రద్ధ, యజ్ఞ, తపస్సులు దానాలను వర్ణించింది. చివరిగా **18** వ అధ్యాయంలో ఒక్క మాటతో ప్రకృతినంతా ఈత్రిగుణాలు అఖండంగా వ్యాపించినాయి అంటాడు. చూడండి!

"నతదస్తి పృథివ్యాంవా, దివి; దేవేషు వాపునః
సత్వం ప్రకృతి భిర్ముక్తం యదేభిస్స్యాత్రిభిర్గుణైః" -గీత **18** అ. **40** శ్లో.

తా :- ఈభూమియందుగాని, పైలోకమందుగాని మనుష్యులయందు, దేవతలయందు స్థావర జంగమాలయందు కూడా ప్రకృతి నుండి గల్గిన ఈ మూడూ గుణములచే విడువబడినదేదీ లేదు. చర, స్థిర జగత్తంతా త్రిగుణముల చేతనే వ్యాపించబడినదని భావం.

అభ్యాసయోగి జగత్తుకు సత్త్వగుణ ప్రసారం కల్గించి తద్వారా సుఖాన్ని (కల్యాణం) కల్గిస్తున్నాడనే అంశాన్ని ఋజువు చేసేందుకు ప్రకృతి, సృష్టి, గురించి ఇంకా లోతుగా తత్వవివేచన చేయడం ఎంతైనా అవసరం.

ప్రకరోతీతి ప్రకృతిః బాగా అధికం చేసేది అని ప్రకృతి కి అర్థం. సత్త్వరజస్తమస్సులు మూడు ప్రకృతి లో సమాన నిష్పత్తిలో కల్సిఉన్న స్థితిని శాస్త్రం అవ్యక్తం అని నిర్వచిస్తుంది. ఈ మూడూ ఎప్పటికీ కలిసి ఉంటాయే గాని విడిగా ఉండవు.

1) సత్త్వం- ప్రకాశం-(సుఖ-శాంతులు)
2) రజస్సు- క్రియ- (చలనశక్తి)
3) తమస్సు-స్థితి- (ఉనికి)

శుద్ధ సత్త్వం అంటే రజస్తమస్సులు చాలా తక్కువ పాళ్ళు (అంశలు) ఉంటాయని అర్థం. అల్లే రజస్తమస్సులు కూడా! ఈగుణములకు రంగులు కూడా ఉన్నాయని, వాటిని యోగి దర్శించగలడని శాస్త్ర వచనం.

"అజామేకాం లోహిత శుక్లకృష్ణాం,
బహ్వీప్రజాం జనయంతీం సరూపాం."

సత్త్వం-తెలుపురంగు రజస్సు-ఎరుపురంగు తమస్సు-నలుపురంగు

సత్త్వగుణం పరిశుద్ధంగా ఉన్నప్పుడు బ్రహ్మ చైతన్యం దానియందు ప్రసరించి ప్రతిఫలించినప్పుడు మాయాశక్తిగను, మలినమైనప్పుడు అవిద్యాశక్తిగా ఏర్పడుతుంది. మాయాశక్తినే పరాప్రకృతి అని, అవిద్యాశక్తిని అపరాప్రకృతి అని పిలుస్తారు. ఈఅపరాప్రకృతే భూమి, నీరు, అగ్ని, వాయు, ఆకాశం, మనస్సు, బుద్ధి, అహంకారం అనే ఎనిమిది భాగాలైంది. అదే చరాచర రూపజగత్తుగా ఉంది. ఈఅన్నింటియందూ, మిగిలిన వాటిలో కూడా, సత్త్వరజస్తమో గుణాలున్నాయి.

శ్లో|| భూమిరాపోనలో వాయుః ఖం మనో బుద్ధిరేవచ
అహంకార ఇతీయం మేభిన్నా ప్రకృతిరష్టధా! - అధ్యా 7 శ్లో 4.
శ్లో|| అపరేయమితస్త్వన్యాం ప్రకృతిం విద్ధిమేపరాం
జీవభూతం మహాబాహో! యయేదం ధార్యతే జగత్! - అధ్యా 7 శ్లో 8.

త్రిగుణములు, పంచ భూతముల వలెనే మనస్సూ, దానికి అతి సన్నిహితమైన ప్రాణశక్తీ జగత్తు అంతా వ్యాపించి ఉన్నాయి. మనం ఈజగత్తును వ్యష్టి – సమష్టి అనే విభాగంగా చూస్తున్నాం. కాని నిజానికి అంతా ఒక్కటే. సమష్టిగానే ఉంది. ఉదాహరణకు ఆకాశం ఒక్కటే కాని ఇంటిలో కుండలో ఒక ఆవరణంలో ఆకాశం వేరువేరుగా ఉన్నట్లు అనుకుంటున్నాం. వాటికి మటాకాశం, ఘటాకాశం అని విడివిడిగా పేర్లు పెట్టుకున్నాం. కాని అంతా అవిభాజ్యమే. అట్లే సృష్టి కూడా శాస్త్రపరిభాషలో వీటినిట్లా విభజించవచ్చు.

శరీరము –	వ్యష్టి –	సమష్టి
కారణశరీరం–	జీవుడు –	ఈశ్వరుడు
సూక్ష్మశరీరం–	తైజసుడు–	హిరణ్యగర్భుడు
స్థూలశరీరం –	విశ్వుడు –	విరాట్పురుషుడు.

అణువు మొదలు కొని బ్రహ్మాండం వరకు జగత్తు అంతా త్రిగుణాత్మకమై ఉంది. వాటి మిశ్రమంగా ఉంది. అందుకే గీత "దైవీహ్యేషా గుణమయీ మమ మాయా దురత్యయా" అన్నది. మూడింటిలో సత్త్వగుణం సుఖాన్ని కల్గిస్తుంది. మిగిలిన రెండు, రజస్తమస్సులు, కొన్నిఅంశలు కలిసే ఉంటాయన్నది మరువరాదు.

"ప్రకాశ క్రియా స్థితిశీలం భూతేంద్రియాత్మకం
భోగాపవర్గార్థం దృశ్యం" -పతంజలియోగ - సూ - సాధన 2 పా 18 సూ

ఈకన్పించే జగత్తంతా ప్రకాశము, క్రియ, స్థితి అనేమూడు స్వభావాలను కల్గి ఉంది.

అభ్యాసయోగి మనస్సును ఏకాగ్రం చేసే భూమికలో సత్త్వగుణం అఖండమై ఉండి, అందలి సూక్ష్మస్పందనలు జగత్తుకంతా ప్రసరించి కళ్యాణాన్ని కల్గిస్తాయి. ఈసత్త్వస్పందనలతో "సత్త్వం సుఖేసంజయతి" అనే సిద్ధాంతం ప్రకారం, జగత్తుకు సుఖాన్ని అభ్యాసయోగి కల్గిస్తున్నాడు. అందుకే అతడు మాత్రమే **కళ్యాణకృత్** అని పిలువబడినాడు. ఈమహత్తర కార్యము సూక్ష్మలక్ష్యంపైన మనస్సును ఏకాగ్రం చేసే స్థితిలోనే జరుగుతుంది. మిగిలిన భూమికలలో జరిగే అవకాశమే లేదని ఘంటాపథంగా చెప్పగలం.

పై చర్చనంతా స్థూలంగా సంగ్రహిస్తే అభ్యాసయోగి మాత్రమే **జగత్కళ్యాణకృత్** అని తెలుతుంది. పూజా, జప, స్తోత్ర, యజ్ఞాదులను చేసేది బహిరంగ కర్మ. వీటి నాచరించేవాడు కర్మయోగంలో ప్రారంభస్థితిలో నున్నవాడు మనస్సుతో చేయడం లేదు కనుక సత్త్వగుణ స్పందనలను వెలువరించలేడు. ఇతడు కళ్యాణకృత్ కాలేడు. అన్ని కర్మలను విడిచిపెడ్తూ (సర్వకర్మనివృత్తి) కేవలం శమాన్ని పొందిన, పొందుతూన్న యోగారూఢుడు సంకల్పములే లేనివాడు. ఇతడు సత్త్వగుణాన్ని వెలువరించని భూమికలో ఉన్నాడు. అతడుకూడాకళ్యాణకృత్ కాలేడు. కాబట్టి మనస్సును సూక్ష్మ లక్ష్యంపై ఏకాగ్రంచేసే అభ్యాసయోగి మాత్రమే **జగత్కళ్యాణకృత్** స్థానాన్ని పొందగలడు. దీనినే శ్రీవివేకానందులు **రాజయోగం** లో వివరిస్తారు.

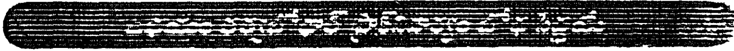
"మనస్సు విషయం కూడా ఇట్టిదే, ఆకాశమే పదార్థ జాతమై ఉన్నది. ప్రాణవ్యాపారమతి సూక్ష్మముగా నున్నప్పుడు, సూక్ష్మతరమైన స్పందన స్థితియందీ ఆకాశమే మనస్సగుచున్నది. ఆస్థితి యందిది ఇంకను అవిభాజ్యమైన పదార్థ రాశిగా నుండును. ఈసూక్ష్మ స్పందనస్థితిని మీరు పొందగల్గినంతనే బ్రహ్మాండమంతయు సూక్ష్మస్పందనములతో కూడుకొని యున్నట్లు తోచును". – స్వామి వివేకానంద (రాజయోగం).

సత్త్వం సుఖే సంజయతి అనే గీతావాక్యం బోధిస్తున్నదిదే. సత్త్వగుణ స్పందనలు ఎంత ఎక్కువైతే, లోకానికి అంతసుఖం(కళ్యాణం) కల్గుతుంది.

అభ్యాసయోగి సూక్ష్మలక్ష్యంపై ఏకాగ్రం చేయడం వల్ల సత్త్వగుణభూమికలో చేరి ఉంటాడు. లేదా సత్త్వగుణాన్ని స్థిరంగా పొందే ప్రయత్నంలోనైనా ఉంటాడు. అభ్యాసయోగికి జగత్కళ్యాణసంకల్పం ఉన్నా, లేకున్నా, మనస్సును ఏకాగ్రం చేయడం వల్ల సంకల్పవికల్పాలు అణిగిపోతాయి. బాహ్యజగత్తుస్మృతి ఎక్కువగా ఉండదు. సత్త్వంగుణం వ్యాపించేకొద్దీ జగత్తుకు సుఖం, మేలు, హితం, కల్గించే సద్భావాలు మానవులలో కల్గుతాయి. తత్ఫలితంగా సమాజానికి మేలు చేకూర్తుంది. అభ్యాస యోగి తన ఏకాగ్రతాభ్యాసం ద్వారా చాలా మందికి ఈ సద్భావస్ఫురణ కల్గిస్తాడు. మైత్రి, పరస్పరసహకారం, దయ, ప్రేమ, సర్వభూతహితం కోరడం వంటి సద్భావాలు వారి మనస్సులలో ప్రేరేపించబడతాయి.

తత్రస్థితౌ యత్నోఽభ్యాసః మనస్సును సూక్ష్మలక్ష్యమందు స్థిరంగా నిల్పడానికి చేసే ప్రయత్నమే అభ్యాసము. సత్త్వగుణాన్ని పొందినప్పుడు గాని ఏకాగ్రతకల్గదు. సత్త్వగుణం పొందా లంటే రజస్తమస్సులను అణిచివేయాలి. అంటే ఏమరుపాటు, చాంచల్యం లేకుండా ఉండడం అప్పుడే సత్త్వగుణం నిల్చి ఏకాగ్రత సాధ్యమౌతుంది. అట్లే ఏకాగ్రత పొందుతున్నప్పుడెల్లా సత్త్వగుణ స్పందనలు వ్యాపిస్తుంటాయి. ఇదంతా(Automatic) తనకు తానే జరుగుతూ ఉంటుంది. దీన్ని అభ్యసించే వాడు అభ్యాసయోగి. **అతడే జగత్కళ్యాణకృత్** అని నిశ్చయింప బడిందిగదా!

దీనినింకా విస్తరించుకొని పరిశీలించవచ్చు. సత్త్వగుణ స్పందనలతో నిండిన ఋష్యాశ్రమాలలో పశుపక్ష్యాదులు కూడా సహజవైరం మాని సఖ్యంగా ప్రవర్తించినట్లు పురాణాలలో వర్ణించబడింది. మహాభారతంలో కణ్వాశ్రమాన్ని వర్ణిస్తూ నన్నయ "సహజవైరి వర్గంబులయు సహవాసమువుడు సూచిముని శక్తికెంతయు చోద్యమంది" అని వ్రాసినాడు. ఇక్కడ ముని తపశ్శక్తి ప్రభావం వల్ల వ్యాపించిన సత్త్వగుణ స్పందనలవల్ల క్రూరజంతువులు కూడా, సాధు జంతువులవలె, వైరంమాని ప్రవర్తించినాయని అర్థం చేసుకోవచ్చు గదా! అసత్త్వగుణ స్పందనలు ఇంకా ఉన్నతాదర్శములతో గూడి ఉన్నపుడు ఎంతో ప్రభావవంతమైన ఫలితాన్ని పొందగలం. అట్టిమహానుభావులల్లో శ్రీవివేకానంద, రామకృష్ణులు, అరవిందయోగి, రమణమహర్షి, గాంధీజీ, మదర్‌థెరీసా వంటి మహామహులు ముఖ్యులు. వారి భావాలు సత్త్వగుణవ్యాప్తి కల్గించే సంకల్పప్రభావంతో జగత్తునకు కల్గిన కళ్యాణం మనం అనుభవిస్తాం



ఉన్నాం కదా! వారి తర్వాతివారు కూడా వారి ఆదర్శాలను సంస్థలను, సమాజానికూపయోగించేట్లు కొనసాగిస్తున్నారు.

పూర్వకాలంలో ప్రసిద్ధులైన ఋషులు, శాస్త్ర కారులు, మతకర్తలు జగత్తుకు కళ్యాణం కల్గించినారు. వీరంతా లోకానికి చిరస్మరణీయులు. వారి ఆదర్శాలను తెలుసుకొని, భావాలు చదివి, మననం చేసి, హృద్గతం చేసుకొని, అనుసరించేందుకు కృషి చేసినప్పుడే మన జీవితాలకు సార్థకత! లేకుంటే నిరర్థకతే!

ఉపసంహారం :-

స్వామి వివేకానందుని మాటలను స్మరిస్తూ అభ్యాస యోగులై **జగత్కళ్యాణకృత్తుల** య్యేందుకు ప్రతివ్యక్తీ ప్రయత్న పరుడు కావలెనని ఆకాంక్షిస్తూ ఈ ప్రకరణాన్ని ముగిస్తున్నాం.

"జగత్కల్యాణమును మాబోటి ధర్మహిత బోధకులు, ఉపన్యాసకులు చేయుచున్నారని మీరనుకొనుచున్నారేమో! మాబోటి వారి కంటే ఏఆర్భాటములు ప్రచారములు లేకుండనే మాభారతదేశంలో ఏమూలల లోనో, ఏ కొండలగుహలలోనో ఎవ్వరికీ తెలియక అభ్యాస యోగము, ధ్యానము చేయు మహనీయులే లోకమునకు శాంతి సుఖములను (కళ్యాణములు) అవిరళముగ ప్రసాదించుచున్నారని తెలుసుకొనవలెను. ఆ మహనీయులు చేయు జగత్కల్యాణములో మాబోటివారి ధర్మ ప్రచార ప్రబోధములొక లెక్కలోనికి రావు".

అజ్ఞాత కాలములలో అజ్ఞాత ప్రదేశములలో అజ్ఞాత యోగుల అభ్యాస యోగమందలి సత్త్వగుణ స్పందనలు ఈలోకానికి కళ్యాణ పరంపరల నొసగుతూనే ఉన్నాయి!

ఆకళ్యాణకృత్తులకువారి సత్త్వమహస్సులకు దివ్యమంగళనీరాజనాలు!!

శ్లో॥ :- "తపస్విభ్యోఽధికో యోగీ జ్ఞానిభ్యోపి మతోధికః
కర్మిభ్యశ్చాఽధికో యోగీ తస్మాత్ యోగీభవార్జున!"

భగవానుని దివ్య సందేశమిదే! అర్జునుణ్ణి యోగివి కమ్మన్నాడే కాని జ్ఞానివి కమ్మని కాని, తపస్వివి కమ్మని కాని చెప్పలేదు. కారణం జగత్కల్యాణాన్ని కేవలం అభ్యాసయోగి మాత్రమే చేయగలడు.

ఇతరులెవ్వరూ దానికి చాలరు. సుకృతులైన వారందరి మనస్సులలో, భావాలలో, సత్త్వగుణ స్ఫూర్తి ప్రసారాన్ని తన అభ్యాసయోగం వల్ల కల్గిస్తూ, జగత్కళ్యాణానికి మూలకారకుడౌతున్నాడు అభ్యాసయోగి.

అందుకే అతడు తపస్వి కన్నా, జ్ఞాని కన్నా కూడా అధికుడు!

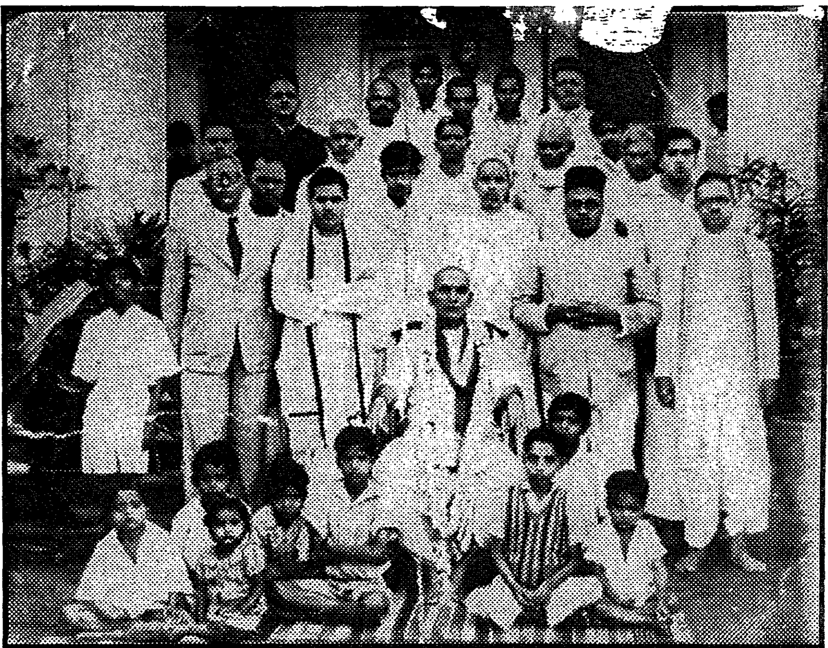
యోగీ భవ! యోగీభవ!

శ్రీ శివ సచ్చిదానందస్వామినే నమః

యోగిరాజ శ్రీ గురుదత్తాత్రేయాయ నమః



శ్లో॥ నారాయణం పరంబ్రహ్మ విశ్వవిష్ణ్వాత్మకం పరం।
దిగంబరం యోగిరాజం దత్తాత్రేయం భజామ్యహమ్॥



శ్రీగురువులు శిష్యులతో
(1942)